Visakha Samacharam
MINI
FUNCTION HALL
100 Seating
Call : 93939 49345

VISAKHA SAMACHARAM TELUGU DAILY: VISAKHAPATNAM

Postal Registration No. VSP / 96/ 2024 - 26.
visit: www.visakhasamacharam.com

విశాఖ సమాచారమ్

RNI No.52722/90 సంపుటి : 34 సంచిక : 169 విశాఖపట్నం, 16 ఏప్రిల్ 2024 మంగళవారం E-mail : vspnews@gmail.com, పేజీలు : 8 వెల : రూ.2.00

చార్మినార్ భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారిని దర్శించుకున్న స్వరూపానందేంద్ర స్వామి

హైదరాబాద్, (విశాఖ సమాచారమ్): హైదరాబాద్ చార్మినార్ భాగ్యలక్ష్మి అమ్మవారి దేవాలయాన్ని విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠాధిపతులు శ్రీశ్రీశ్రీ స్వరూపానందేంద్ర సరస్వతీ మహాస్వామి వారు, ఉత్తరాధికారి శ్రీ స్వాత్మానందేంద్ర సరస్వతీ స్వామివారు సందర్శించారు. దేవాలయ వ్యవస్థపక సభ్యురాలు, నిర్వాహకురాలు శశికళ పీఠాధిపతులకు స్వాగతం పలికారు. పీఠాధిపతులు అమ్మవారికి స్వయంగా కుంకుమార్చనలు, ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా స్వామివారు మాట్లాడుతూ కులాలకు అతీతంగా హిందూ సమాజం అంతా కలిసి ఈ దేవాలయాన్ని రక్షించుకోవడం చాలా గొప్ప విషయం అని అన్నారు. అనేక పోరాటాలు, త్యాగాలు వలన ఈ రోజు భాగ్యలక్ష్మి అమ్మవారి ఆలయం మన కళ్ల ముందు కనబడుతోందని అన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రం ఇంతగా అభివృద్ధి చెందడానికి కారణం భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారి అనుగ్రహమేనని అన్నారు. కుల, మతాలకు అతీతంగా తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజలు సుభిక్షంగా ఉండాలంటే భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారి అనుగ్రహం కావలసిందేనని తెలిపారు. మహాలక్ష్మీ అమ్మవారి అనుగ్రహంతో దేశ ఆర్థిక రాజధానిగా ముంబై నగరం వెలుగొందుతున్నట్లుగానే, భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారి అనుగ్రహంతో హైదరాబాద్ నగరం వెలుగొందగలదని స్వామివారు తెలిపారు. దేవాలయ అభివృద్ధికి ఎటువంటి అవసరం ఉన్నా విశాఖ శ్రీ శారద పీఠం అందిస్తుందని స్వామివారు తెలిపారు. అతి

(మిగతా 2లో)

రాహుల్‌పై గాంధీ వైఫల్యాలపై మోదీ చురకలు

సార్వత్రిక ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా ప్రధాని మోదీ సోమవారం కేరళలో ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కాంగ్రెస్ అగ్రనేత, వయనాడ్ ఎంపీ రాహుల్ గాంధీపై విమర్శలు చేశారు. ఆయన తన కుటుంబానికి కంచు కోటను రక్షించుకో లేకపోయారని ఎద్దేవా చేశారు. ఉత్తర్ ప్రదేశ్‌లోని అమేఠీ లోక్‌సభ స్థానం నుంచి రాహుల్ వరుసగా 15 ఏళ్లపాటు ఎంపీగా ప్రాతినిధ్యం వహించిన విషయం తెలిసిందే. 2019 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో భాజపా నాయకురాలు స్మృతి ఇరానీ చేతిలో ఓటమి పాలయ్యారు. 2019లో వయనాడ్ బరిలో నిలిచి విజయం సాధించారు.

ప్రస్తుతం త్రిస్సూర్ ప్రచారంలో ఉన్న

మోదీ మాట్లాడుతూ "రాహుల్ కేరళ నుంచి ఓట్లు అడుగుతున్నారు. కానీ ఈ రాష్ట్ర ప్రయోజనాల కోసం ఆయన తన గళం వినిపించరు" అని దుయ్యబట్టారు. అలాగే కరువన్నూర్ కోపరేటివ్ బ్యాంక్ స్కామ్ గురించి లేవనెత్తి సీపీఎంపై విమర్శలు చేశారు. పేదల సొమ్మును దోచుకుందని దుయ్యబట్టారు. అలాగే పాలక్కాడ్‌లో మాట్లాడుతూ, "పశ్చిమ్ బెంగాల్ నుంచి కేరళ వరకు వామపక్ష ప్రభుత్వాలకు ఒక లక్షణం ఉంది. లెఫ్ట్ ప్రభుత్వాలు పాలించిన చోట ఏమీ మిగల్లేదు. ఏదీ సరిగా జరగలేదు" అని వ్యాఖ్యానించిన ఆయన 'నథింగ్ లెఫ్ట్ అండ్ నథింగ్ రైట్' అనే పదజాలాన్ని ప్రయోగించారు.

ఈ ఎన్నికల తర్వాత పార్లమెంట్‌లో కేరళ గళం పెరుగుతుందన్నారు. భారత్ ప్రతిష్ఠను కాంగ్రెస్ బలహీన పరిస్తే తాము దేశాన్ని బలోపేతం చేశామని తెలిపారు. గత 10 ఏళ్లలో జరిగిన అభివృద్ధి అంతా ట్రైలర్ అని, కేరళ, దేశం కోసం చేయాల్సింది ఎంతో ఉందని తెలిపారు. ఎన్డీయే తిరిగి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత తూర్పు, ఉత్తర, దక్షిణ భారతదేశంలో బుల్లెట్ ట్రైన్ల కోసం సర్వే ప్రారంభమవుతుందని వెల్లడించారు.

ఏయూలో వరల్డ్ ఆర్ట్ డే

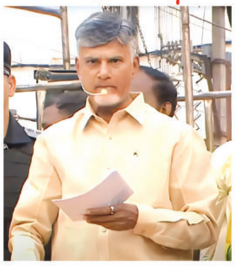
విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రవిశ్వ విద్యాలయంలో ప్రంచ చిత్రకళ దినోత్సవం (వరల్డ్ ఆర్ట్ డే) ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులకు వైవిధ్యమైన కళారూపాలను పరిచయం చేస్తూ నగరానికి చెందిన చిత్రకారుడు మోకా విజయ్ కుమార్ మిల్లెట్స్‌తో తీర్చిదిద్దిన కళారూపాలతో ప్రత్యేక ప్రదర్శన శివాజిపాలెంలోని ఏయూ చిత్రకళా విభాగంలో ఏర్పాటు చేశారు. దీనిని ఏయూ ఆర్ట్స్ కామర్స్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య ఏ.నరసింహా రావు ప్రారంభించి, తిలకరించారు. అనంతరం చిత్రకారుడు విజయ్ కుమార్ కృషిని అభినందించారు. ఆరోగ్యాన్ని అందించే మిల్లెట్స్ ప్రాధాన్యతను దేశవ్యాప్తంగా చాటుతూ గత ఏడాది కాలంగా చేస్తున్న విశేష కృషిని ప్రశంసించారు. కళకు కాదేనీ అనర్హం అన్న చందంగా మిల్లెట్స్‌ని మాధ్యమంగా వినియోగించి, ఎటువంటి రంగులు ఉపయోగించకుండా కళాఖండాలను తీర్చిదిద్దిన విధానం విద్యార్థులు అధ్యయనం చేయాలని సూచించారు. వరల్డ్ ఆర్ట్ డేని వైవిధ్యంగా విద్యార్థులకు నూతన జ్ఞానాన్ని

అందించే విధంగా నిర్వహించిన విభాగాధిపతి సింహాచలంని అభినందించారు. అనంతరం విభాగం తరపున మిల్లెట్ ఆర్టిస్ట్ విజయ్ కుమార్‌ను సత్కరించారు.

మిల్లెట్స్ ఆర్టిస్ట్ మోకా విజయ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ 2023 సంవత్సరాన్ని యుఎన్ ఇంటర్‌నేషనల్ ఇయర్ ఆఫ్ మిల్లెట్స్‌గా ప్రకటించిందని, దీనిని స్ఫూర్తిగా తీసుకుని ప్రజలకు మిల్లెట్స్ ఆవశ్యకత తెలియజేయడానికి వందలాది చిత్రాలను తీర్చిదిద్దడం జరిగిందన్నారు. ఏపి, తెలంగాణ, న్యూఢిల్లీలలో జరిగిన జి 20 సదస్సుల్లో సైతం తన

(మిగతా 2లో)

జగన్ చెప్పేవి అబద్ధాలు, చేసేవి మోసాలు : చంద్రబాబు



రాజాం: ఉత్తరాంధ్ర ప్రాజెక్టులను వైకాపా ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యం చేసిందని తెదేపా అధినేత చంద్రబాబు విమర్శించారు. సలహాదారుల పేరుతో ప్రజాధనాన్ని వృథా చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. వారికి ఇచ్చే డబ్బుతో ప్రాజెక్టులు పూర్తి చేయవచ్చన్నారు. విజయనగరం జిల్లా రాజాంలో నిర్వహించిన ప్రజాగళం బహిరంగ సభలో చంద్రబాబు ప్రసంగించారు. తారకరామతీర్థ సాగర్‌కు రూ.280 కోట్లు, తోటపల్లి ప్రాజెక్టుకు రూ.237 కోట్లు, వంశధార ఫేజ్-2కు రూ.420 కోట్లు, నాగావళి-వంశధార లింక్‌కు రూ.145 కోట్లు ఖర్చు పెట్టామని గుర్తు చేశారు. సీఎం జగన్ చెప్పేవన్నీ అబద్ధాలనీ, చేసేవన్నీ మోసాలని ధ్వజమెత్తారు.

తెదేపా అధికారంలో ఉంటే 2020లోనే భోగాపురం విమానాశ్రయం పూర్తయి ఉండేదన్నారు. ఏడాదిన్నరలోగా ఎయిర్‌పోర్టు నిర్మాణాన్ని పూర్తి చేస్తానని హామీ ఇచ్చారు. రివర్స్ టెండరింగ్ పేరుతో ఎయిర్‌పోర్టు నిర్మాణానికి సేకరించిన భూముల్లో గొడవ పెట్టారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. "గిరిజన వర్సిటీ విషయంలోనూ రివర్స్ టెండరింగ్ చేశారు. మా హయాంలో భావనపాడు పోర్టుకు టెండర్లు పిలిచా. మేం చేపట్టిన పనులు కొనసాగితే రాష్ట్రం అభివృద్ధి చెందేది. విశాఖలో

(మిగతా 2లో)

కేంద్రంలో మోడీ హ్యాట్రిక్ విజయం ఖాయం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): బీజేపీ మేనిఫేస్టో దేశ ప్రజలు అందరికీ ఎంతగానో ఉపయోగ పడుతుంది అని రాజ్యసభ సభ్యుడు జీవీఎల్ నరసింహా రావు పేర్కొన్నారు. ఆయన లాసన్స్ బే కాలనీలో గల బీజేపీ కార్యాలయంలో మీడియాతో మాట్లాడారు. అంబేద్కర్ జయంతి సందర్భంగా డా॥ బి.ఆర్. అంబేద్కర్‌కు ఘన నివాళి అర్పించారు. ప్రధాని మోడీ పాలనలో పంచ తీర్థాలు పేరిట ఆనవాళ్లను తీర్చి దిద్దారు. సబ్ కా వికాస్, సబ్ కా విశ్వాస్ అంబేద్కర్ ఆలోచనలకి అనుగుణంగా వున్నాయి. బీజేపీ మేనిఫెస్టో విడుదల చేయడం విశేషం. కాంగ్రెస్ పార్టీ మేనిఫెస్టో ఒక ప్రహసనం అన్నారు. కాంగ్రెస్ చెప్పిన గ్యారంటీలకే గ్యారంటీ లేదు అని ఎద్దేవా చేశారు. అయోధ్యలో రామ మందిరం నిర్మాణం కోర్టు తీర్పు ద్వారా సాకారం అయ్యింది.

కేంద్రంలో మోడీ హ్యాట్రిక్ విజయం ఖాయం అన్నారు. వచ్చే ఐదేళ్లలో ఉచిత బియ్యం, రూ.10 లక్షల కోట్లతో 80 కోట్ల మంది ప్రజలకు అందిస్తారు. ధరల స్థిరీకరణ ద్వారా సామాన్యులకు అందుబాటులో నిత్యావసరాలు అందేలా చర్యలు తీసుకుంటారు. మరో మూడు కోట్ల పక్కా ఇళ్ళు, ఇంటింటికీ కొళాయి, సౌర విద్యుత్ వినియోగం పెంపు, విశాఖ, విజయవాడ, తిరుపతి, రాజమండ్రి వంటి నగరాలకు స్టార్ట్ అప్ సంస్కృతి తీసుకు వచ్చేలా చర్యలు, ఏపిలో ఐ టి పూర్తిగా వెనుకబడి పోయింది అని ఆరోపించారు.

(మిగతా 2లో)

అధికారులందరూ ఎన్నికల విధులు నిర్వర్తించాల్సిందే

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): తొలి విడత ర్యాండమైజేషన్ ప్రక్రియ పూర్తయ్యి ఆర్డర్లు తీసుకున్న వారంతా ఎన్నికల విధులకు తప్పకుండా హాజరు కావాల్సిందేని ఎవరికీ మినహాయింపులు లేవని జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి కె. మోహన్ కుమార్ తేల్చిచెప్పారు. తొలి విడత శిక్షణకు హాజరుకాని వారు తగిన కారణాలు తెలిపాలని ఆయా విభాగాల అధికారులు ఆదేశించారు. ఓపీవోలుగా విధులు కేటాయించిన వారంతా మంగళ వారం సాయంత్రం నాటికి ఫారం.12 పత్రాలు సమర్పించాలని సూచించారు. స్థానిక కలెక్టరేట్ మీటింగ్ హాలులో సోమవారం ఉదయం పోలింగ్ పర్సనల్ నోడల్ అధికారి రవీంద్ర, ఎన్.ఐ.సి. విభాగ అధికారులతో కలిసి జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి సమావేశం నిర్వహించారు.

ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ ఎన్నికల ప్రక్రియలో భాగస్వామ్యం కావాల్సిన వారంతా విధిగా వారికి కేటాయించిన విధులకు హాజరు కావాలని, మినహాయింపులు కోరరాదని హితవు పలికారు. అందుబాటులో ఉన్న సిబ్బంది అవసరాలను దృష్టిలో ఉంచుకొని ర్యాండమైజేషన్ ద్వారా కేటాయించామని స్పష్టం చేశారు. వారిలో ఇంకె వరికీ మినహాయింపులు ఉండబోవని తేల్చి చెప్పారు. ఇప్పటికే ఆర్డర్లు తీసుకున్న వారు ఇంకా 1086 మంది ఎక్నాలెడ్జ్మెంట్లు సమర్పించాలన్నారు. ఓపీవోలుగా విధులు కేటాయించిన అధికారులు పోస్టల్ బ్యాలెట్ వినియోగానికి

(మిగతా 2లో)

(మొదటి పేజీ తరువాయిలు)

చార్మినార్ భాగ్యలక్ష్మీ అమ్మవారిని దర్శించుకున్న స్వరూపానందేంద్ర స్వామి

త్వరలోనే హైదరాబాద్ నగరం పేరు భాగ్యనగరంగా స్థిరపడాలని స్వామివారు ఆకాంక్షించారు. హిందూ సమాజం అంతా ఏకతాటిపైకి వచ్చి సనాతన ధర్మాన్ని, దేవాలయ వ్యవస్థను కాపాడుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. అందుకు తగిన పూర్తి సహాయ సహకారాలు అందించడానికి విశాఖ శ్రీ శారదా పీఠం ఎల్లవేళలా సిద్ధంగా ఉంటుందని తెలియజేశారు. ఆలయ పాలక మండలి సభ్యులందరూ స్వామివారి ఆశీస్సులు అందుకున్నారు. స్వామివారు చార్మినార్ ప్రాంతానికి రావడంతో చుట్టు పక్కల అంతా ప్రశాంత వాతావరణం ఉండేలా పోలీస్ సిబ్బంది తగిన చర్యలు తీసుకున్నారు. అనంతరం బల్కంపేట ఎల్లమ్మ, పోచమ్మ ఆలయాన్ని, కర్మన్‌ఘాట్ ఆంజనేయ స్వామి ఆలయాన్ని దర్శించుకున్నారు.

ఏయూలో వరల్డ్ ఆర్ట్ డే

చిత్రాలను ప్రదర్శించడం జరిగిందన్నారు. విద్యార్థులకు, నగరవాసులకు దీనిపై అవగాహన కల్పించే ఉద్దేశంతో ఈ ప్రదర్శన ఏర్పాటు చేసామన్నారు. కార్యక్రమంలో విభాగ అధ్యాపకులు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జగన్ చెప్పేవి అబద్ధాలు, చేసేవి మోసాలు : చంద్రబాబు

వైకాపా నేతలు భూ కబ్జాలు చేశారు. మేం విశాఖను వాణిజ్య రాజధాని చేశాం. కానీ, వైకాపా ప్రభుత్వం విశాఖను గంజాయి, డ్రగ్స్‌కు రాజధాని చేసింది. ఇక్కడికి అదానీ డేటా సెంటర్, లులు, ఫ్రాంక్లిన్ టెంపుల్‌టన్ తెచ్చాను. ఎంతో కష్టపడి మెడ్‌టెక్ పార్కు తెచ్చా. వైకాపా ప్రభుత్వం వచ్చాక వాటన్నింటినీ తరిమేసింది. ఎవరి వల్ల అభివృద్ధి జరుగుతుందో ప్రజలు బేరీజు వేసుకోవాలి. జగన్‌కు విశాఖ నగరంపై ప్రేమ లేదు, ఆస్తుల మీదే ప్రేమ. విశాఖలో విజయసాయిరెడ్డి, సుబ్బారెడ్డి పెత్తనం ఏంటి?'' అని చంద్రబాబు ప్రశ్నించారు.

పేద ప్రజల బాగు కోసమే నా ఆవేదన. నా బాధ. జగన్ వచ్చాక ఎస్సీలు, ఎస్టీలకు అన్యాయం జరిగింది. నాపై తప్పుడు కేసులు పెట్టారు, వేధించారు. రాళ్ల దాడి కూడా చేస్తున్నారు. నేను అరెస్టయ్యాననే బెంగతో 203 మంది ప్రాణాలు వదిలారు. ఆ కార్యకర్తల కుటుంబాలకు భువనేశ్వరి ధైర్యం చెప్పారు. ప్రజల కోసం పని చేస్తున్న వ్యక్తి పవన్ కల్యాణ్. మోదీ మూడోసారి ప్రధాని అవుతారు. అందరం కలిసి రాష్ట్రానికి మళ్లీ పూర్వ వైభవం తీసుకొస్తాం. నా అనుభవం ఉపయోగించి రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి చేస్తా. సంపద సృష్టించాలి, వచ్చిన ఆదాయాన్ని సంక్షేమానికి ఖర్చు పెట్టాలి. వైకాపా పాలనలో ప్రజల ఆదాయం తగ్గింది. ఖర్చులు పెరిగాయి. కూటమి ప్రభుత్వం వస్తేనే యువతకు ఉద్యోగాలు వస్తాయి. అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే మెగా డీఎస్సీ వేస్తా. డ్వాక్రా సంఘాల మహిళలను లక్షాధికారులను చేస్తా'' అని చంద్రబాబు అన్నారు.

కేంద్రంలో మోడీ హ్యాట్రిక్ విజయం ఖాయం

మూడు కోట్ల మహిళలకు ఏటా లక్ష ఆదాయం వచ్చేలా పొదుపు సంఘాలతో ఉపాధి, నైపుణ్యం పెంపునకు చర్యలు. మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు అమలుకు హామీ ఇచ్చారు. ఆయుష్మాన్ భవ ద్వారా 70 ఏళ్లు పైబడిన వారికి ఉచిత వైద్యం అందిస్తారు. మత్స్యకారులు, డ్రైవర్లకు ఈ శ్రమ కార్డు ద్వారా బీమా సదుపాయం కల్పించారు. మోడీ హయాంలో భారత దేశము విశ్వ వ్యాప్త ఖ్యాతి పొందింది అన్నారు. విదేశాల్లో గల భారత్ పురాతన విగ్రహాల తరలింపునకు కృషి చేస్తున్నారు అన్నారు. అన్ని పుణ్య క్షేత్రముల అభివృద్ధికి, సీనియర్ సిటిజన్స్‌కి ధార్మిక యాత్రలకు సహకారం ఇస్తారు. ప్రపంచంలో 11 నుంచి ఐదో స్థానంలో ఉన్న భారత్ మూడో స్థానం కోసం కేంద్రం కృషి చేస్తుంది.

వందేభారత్ రైళ్లు, బుల్లెట్ రైలుతో గ్లోబల్ మేనుఫాక్చరింగ్ హబ్‌గా భారత్‌ను తీర్చి దిద్దేలా సంకల్పముతో వున్నారు. యూనిఫాం సివిల్ కోడ్ అమలుకి బీజేపీ కట్టుబడి వుంది. సి ఎం జగన్ మోహన్ రెడ్డి మీద జరిగిన దాడిని ఖండించారు. ఈ దాడిని రాజకీయం చేయొద్దు అన్నారు.

మీడియా సమావేశంలో వర్మ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అధికారులందరూ ఎన్నికల విధులు నిర్వర్తించాల్సిందే

అనుగుణంగా ఫారం-12 పత్రాలు సమర్పించాల్సి ఉందని పేర్కొన్నారు. ఎన్నికలను సజావుగా నిర్వహించేందుకు అధికారులంతా సహకరించాలని డీఆర్వో ఈ సందర్భంగా విజ్ఞప్తి చేశారు. పోలింగ్ పర్సనల్ నోడల్ అధికారి రవీంద్ర, ఎన్.ఐ.సి. అధికారులు పలు అంశాలపై మాట్లాడారు.

సమావేశంలో వివిధ విభాగాల జిల్లా స్థాయి అధికారులు, నోడల్ అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చోడవరం చేరుకున్న ఈవీఎంలు

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎలక్ట్రానిక్ ఓటింగ్ మెషీన్‌లు జిల్లా కలెక్టర్, జిల్లా ఎన్నిక అధికారిచే రేండమైజేషన్ అను ప్రక్రియ ద్వారా వివిధ నియోజక వర్గాలకు కేటాయించారు. ఈ మేరకు ఆదివారం చోడవరం అసెంబ్లీ నియోజక వర్గానికి, ఎంపీ ఎన్నికలకు కేటాయించిన ఈవిఎంలో ఆదివారం చేరుకున్నాయి. మొత్తం 291 సీఈఓ, మరో 291 బియులు, 315 వివిపిఏటిలు చేరుకున్నాయి. అలాగే ఈనెల 13న ఎంపీ ఎన్నికలకు సంబంధించిన ఈవీఎంలు కూడా చేరుకున్నాయి.

వాళ్ళ మీద వాళ్ళే రాళ్ళు వేసుకుంకుంటున్నారు

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): వచ్చే ఎన్నికల్లో వైసిపి గెలుపు ఖాయం అని రాష్ట్ర పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి గుడివాడ అమర్నాథ్ పేర్కొన్నారు. ఆయన హెూటల్ మేఘాలయలో సోమవారం జరిగిన మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో గాజువాక నియోజక వర్గంలో ఎమ్మెల్యేగా పోటీ చేస్తున్నాను అన్నారు. రాజకీయాల్లోకి వచ్చి 17 ఏళ పూర్తయింది. రెండేళ్లు మంత్రిగా పని చేశాను. సి ఎం జగన్ మీద జరిగిన దాడి సానుభూతి కోసం జరిగింది అని చంద్ర బాబు నాయుడు, ప్రతి పక్షాలు చెప్పడం అవివేకం అన్నారు. జగన్ బస్ యాత్ర, సిద్ధం సభలకు వస్తున్న ఆద్ధరణ చూసి ఓర్వలేక విమర్శలు చేస్తున్నారు. రాష్ట్రంలో సంక్షేమం, అభివృద్ధి చేసిన వైసిపికి సానుభూతి కోసం పని లేదు అని స్పష్టం చేశారు. ప్రధాని, పలువురు సీఎంలు ఖండించారు అని గుర్తు చేశారు. రాజకీయంగా నేరుగా ఎదుర్కోలేకనే జగన్ మీద విమర్శలకు దిగుతున్నారు. గాజువాకలో కిందన వున్న రాయి తీసి దాడి జరిగింది అంటున్నారు. అమిత్ షా మీద దాడి, ఎన్ టి ఆర్ మీద చెప్పులు వేసింది, ఎన్కౌంటర్ పత్రిక ఎడిటర్ దశరథ రామయ్య హత్య చేసింది మీరే అని అన్నారు. చంద్ర బాబు నాయుడు మామకు వెన్నుపోటు అందరికీ తెలిసిందే అన్నారు. ఎన్నికల్లో గెలిస్తే 20 లక్షల ఉపాధి ఇస్తాము అని టీడీపీ నేతలు అంటున్నారు. టీడీపీ హయాంలో ఎన్ని ఉద్యోగాలు ఇచ్చారు అని ఆయన ప్రశ్నించారు. మూడు రెట్లు ఉద్యోగాలు వైసిపి హయాంలో ఇచ్చాము. ప్రపంచ స్థాయి కంపెనీలు ఏర్పాటు చేసాము. రాష్ట్రంలో పది ఫిషింగ్ హార్బర్‌ల నిర్మాణం జరుగుతుంది. దావూస్‌లో చలి కారణంగా వెళ్ళలేదు అని తాను అన్నట్టు నిరూపిస్తే పోటీ నుంచి తప్పుకుంటాను అని సవాల్ చేశారు. స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణ మీద టీడీపీ వైఖరి చెప్పాలి. ప్రైవేటీకరణ యత్నాలు చేస్తున్న బిజెపితో కూటమి ఎలా ఏర్పాటు చేశారు అని ప్రశ్నించారు. స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణకు వ్యతిరేకంగా పోరాటానికి వైసిపి సంపూర్ణ మద్దతు ఇస్తున్నాము. చంద్రబాబు నాయుడు ప్యాకేజీ కోసం ప్రత్యేక హెూదా తాకట్టు పెట్టారు, పోలవరం ప్రాజెక్టు కాంట్రాక్ట్ మయం చేశారు. గాజువాక అభివృద్ధిలో తమ కుటుంబం పాత్ర వుంది అని పేర్కొన్నారు. టీడీపీ హయాంలో కేంద్రం జింక్ పరిశ్రమ ను అమ్మేశారు అని గుర్తు చేశారు. టీడీపీ హయాంలో 2019 వరకు 55 పరిశ్రమల ప్రైవేటీకరణ చేసిన ఘనత చంద్ర బాబు నాయుడుదే అన్నారు. వాళ్ళ మీద వాళ్ళు రాళ్ళు వేసుకుని వైసిపి మీద విమర్శలు చేస్తున్నారు. పెట్టుబడుల సదస్సులో ప్రకటించిన పెట్టుబడులు ఇప్పటివరకు 19 శాతం గ్రౌండ్ అయ్యింది అని ఒక ప్రశ్నకు సమాధానంగా చెప్పారు.

సుందరపుని భారీ మెజార్టీతో గెలిపిద్దాం-లాలం భవానీ

రాంబిల్లి/యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): ఎన్డీయే కూటమిలో భాగంగా అనకాపల్లి ఎంపి అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ ను, యలమంచిలి నియోజకవర్గ ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి సుందరపు విజయ్‌కుమార్‌ను భారీ మెజార్టీతో గెలిపించు కోవాలంటూ సోమవారం నాడు ఇంటింటి ప్రచారంలో భాగంగా రాంబిల్లి మండలం లాలం కోడూరు గ్రామ శివారు పెదయాతపాలెం ఎన్నికల ప్రచార కార్యక్రమంలో ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లా మాజీ జెడ్పీ చైర్ పర్సన్ లాలం భవానీ భాస్కర్, యలమంచిలి పట్టణంలో జనసేన ఉత్తరాంధ్ర రాజకీయ వ్యవహారాల ముఖ్య ప్రతినిధి సుందరపు వెంకట సతీష్ లు కోరారు. ఓటర్లు తమ ఓటును కమలం గుర్తు, గాజు గ్లాసులపై వేయాలని కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో జనసేన నాయకులు లాలం చందు, మాజీ సర్పంచ్లు లాలం సత్య ప్రసాద్, లాలం రమేష్ నాయుడు, లాలం అభిరామ్, లాలం అభిలాష్, గ్రామ టీడీపీ అధ్యక్షులు మాకిరెడ్డి అప్పారావు, జనసేన నాయకులు రుత్తల పండు, కసిరెడ్డి సర్వేశ్రావు రుత్తల గణేష్, కండిపల్లి పైడిచిట్టి, నొట్ల పోతురాజు, చీపురుపల్లి తాతాజీ, లాలం నాని, రెడ్డిమి శ్రీను, రుత్తల కృష్ణ, రుత్తల బంగార్రాజు లాలం దశరథ రామారావు, బోలెం రాంబాబు, జిల్లా జనసేన పార్టీ సంయుక్త కార్యదర్శి కొఠారు నరేష్, యలమంచిలి పట్టణ జనసేన పార్టీ అధ్యక్షులు బొద్దపు శ్రీను, సీనియర్ నాయకులు గుర్రాల శేఖర్, పల్లా సత్యనారాయణ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వైసీపీలో చేరిన టీడీపీ జనసేన నాయకులు

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆనందపురం మండలంకు చెందిన తెలుగుదేశం, జనసేన పార్టీలకు చెందిన పలువురు నాయకులు అధికార 3వై ఎస్ ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీలోకి చేరారు. స్థానికం ఎంఎల్‌ఏ వైసీపీ అభ్యర్థి అవంతి శ్రీనివాసరావు క్యాంపు కార్యాలయంలో సోమవారం జరిగిన కార్యక్రమంలో ఆయాపార్టీలకు చెందిన మామిడి శివ, కొండలరావు, కొట్యాడ రవి పాలకుర్తి శ్రీనివాసరావు, మామిడి నానాజీ, వెంకట రమణ, శ్రీనాధు శ్రీను, బత్తుల బంగారం, విజ్జపు కిరణ్ కుమార్ మరో 20 కుటుంబాలకు చెందిన వారు వైసీపీ తీర్థం పుచ్చుకొన్నారు. వారికి అవంతి శ్రీనివాసరావు పార్టీ కండువాలు వేసి పార్టీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా పార్టీలో చేరినవారు మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో ఎటువంటి వివక్ష లేకుండాముఖ్యమంత్రి జగన్ పాలన చేస్తున్నారని, భీమిలిలో అవంతి శ్రీనివాసరావు విధానాలు నచ్చే తాము వైసీపీలో చేరమన్నారు. కోరాడ అప్పల స్వామి, మేడిశెట్టి రాంజీల ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమంలో పార్టీ ఆనందపురం మండల శాఖ అధ్యక్షులు బి.సత్యం, నాయకులు చందక సూరిబాబు, అప్పల స్వామి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వైసీపీ పాలనలో అనకాపల్లిలో అంతులేని అవినీతి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): గడిచిన ఈ ఐదేళ్ల వైసీపీ పాలనలో అవినీతి, అక్రమాలే ఎజెండాగా పాలన సాగించారని అభివృద్ధి ఎక్కడా కానరాలేదని మాజీ మంత్రులు దాడి వీరభద్రరావు కొణతాల రామకృష్ణ ఆరోపించారు. స్థానిక గవరపాలెం వీ.వీ.రమణ రైతు భారతి కళ్యాణ మండపంలో మాజీ మంత్రి దాడి వీరభద్రరావు అభిమానుల ఆత్మీయ సమావేశం దాడి రత్నాకర్ అధ్యక్షతన నిర్వహించగా ముందుగా స్వర్గీయ ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అనకాపల్లి అసెంబ్లీ ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ 40 ఏళ్ల తరువాత దాడి కుటుంబంతో కలిసి పని చేయడం ఎంతో ఆనందంగా ఉందని చాలామంది అనేక సందర్భాల్లో మీరిద్దరూ కలిస్తే బాగుంటుందని ప్రత్యక్షంగా పరోక్షంగా చెప్తూ ఉండేవారు కానీ ఆ సమయం ఈరోజు పవన్ కళ్యాణ్ వల్ల రానే వచ్చిందని అన్నారు. మన రాష్ట్రం మన జిల్లా మన నియోజకవర్గ అభివృద్ధికి సర్వతో ముఖాభివృద్ధికి దోహదపడుతుందని పూర్తిగా విశ్వసిస్తున్నానని మాస్టర్ దగ్గర పరిణతి చెందినటువంటి నాయకత్వం ఉన్నదని ఆయన మాటల్లో ఇంకా యువరక్తం ప్రవహిస్తుందని దాడిని ప్రశంసలతో ముంచెత్తారు. తనకు పోటీచేసే ఉద్దేశం లేదని రాజకీయాల నుంచి విరమించుకుందాం అనుకున్న సమయంలో పవన్ కళ్యాణ్ సిద్ధాంతాలు ఆశయాలు నా భావాలకు దగ్గరగా ఉన్నందున జనసేన పార్టీలో చేరడం జరిగిందని. పొత్తులో భాగంగా పోటీ చేయాల్సి వచ్చిందన్నారు. సీఎం రమేష్‌ని గెలిపిస్తే పార్లమెంట్‌లో తన గళాన్ని గట్టిగా వినిపించి అనకాపల్లికి అవసరమైన నిధులు రప్పించి అభివృద్ధి చేస్తారన్నారు. ఈ ఐదేళ్లలో జగన్ తన కేసుల మాఫీ కోసమే ప్రయత్నించారు తప్ప ఎటువంటి అభివృద్ధి లేదన్నారు.

దాడి వీరభద్రరావు మాట్లాడుతూ, గతంలో అనకాపల్లి నుంచి ఎమ్మెల్యేగా గుడివాడ అమర్నాధ్ను గెలిపించి చాలా పెద్ద తప్పు చేశామన్నారు. మరలా భవిష్యత్లో అటువంటి తప్పు జరగకుండా చూసుకోవాలన్నారు. అమర్నాథ్ హయాంలో అనకాపల్లి నియోజకవర్గంలో గతంలో ఎన్నడూ లేనంత రీతిలో అవినీతి చోటు చేసుకుందని ఆరోపించారు. ఈయన హయాంలో కోట్ల రూపాయల అవినీతి చేసి సంపాదించారన్నారని ఎద్దేవా చేశారు. ఇటువంటి ప్రబుద్ధుడిని జగన్మోహనరెడ్డి మనకు బహుమతిగా అందించడం దౌర్భాగ్యం అన్నారు. ఈ ఐదేళ్లలో అమర్ చేసిందేమిటంటే, అనకాపల్లి మండలంలో ఇద్దరిని, కశింకోట మండలంలో ఇద్దరిని, పట్టణంలో ఇద్దరినీ ఇలా బ్రోకర్లను నియమించుకొని వారి ద్వారా ఏ విధంగా అవినీతి చేయాలి అన్న విషయంలో అభివృద్ధి చెందారని అనకాపల్లి నియోజకవర్గాన్ని ఏ విధంగా భ్రష్టుపట్టించాలో ఆ విధంగా నీచాతినీచంగా తయారు చేసిన ఘనత అమర్ కే దక్కుతుందన్నారు. అలాగే కొణతాల రామకృష్ణ మంచి కుటుంబ నేపథ్యం కలిగిన వ్యక్తి అని కొణతాల సుబ్రహ్మణ్యంతో సుదీర్ఘ కాలంపాటు తనకు ఎంతో సాన్నిహిత్యం ఉండేదని గుర్తు చేశారు. రాజకీయం పరంగా కొణతాల తాను ఆయా పార్టీ సిద్ధాంతాల మేరకు పనిచేసే వారమని వ్యక్తిగతంగా మా మధ్య ఎటువంటి బేదాభిప్రాయాలు లేవన్నారు. అయితే నేడు మేమిద్దరం కలిసి పని చేయం సంతోకరమన్నారు. అలాగే ఆ కులం, ఈ కులం అనే సమస్య మాకు ఏనాడూ లేదని కులం ముఖ్యం కాదని పని చేసే వ్యక్తులు ముఖ్యమన్నారు. వెనుకబడిన అనకాపల్లి నియోజకవర్గాన్ని అభివృద్ధి చేసుకోవాల్సిన బాధ్యత మనందరిపై ఉందని. అలాగే ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ లోకల్ వ్యక్తి కాకపోయినా ఎంతో సమర్థత ఉన్న నాయకుడని రెండుసార్లు రాజ్యసభ సభ్యునిగా పని చేశారని అటువంటి వ్యక్తి అనకాపల్లి ఎంపీ అయితే కేంద్ర ప్రభుత్వ సాయంతో అన్నివిధాలా అభివృద్ధి చేసుకోవచ్చన్నారు. అలాగే ఎన్టీఆర్ మార్కెట్ యార్డు

ఎంతో మంది పేద రైతులు భూములు ఇస్తే నిర్మించుకున్నదని ఈ యార్డును రైతుల ప్రయోజనాల కోసమే వినియోగించాలి తప్ప మరి ఏ ఇతర వాటికి వినియోగించినా పార్టీలతో సంబంధం లేకుండా పోరాటం చేయక తప్పదన్నారు. భూములు, ఆస్తుల విషయంలో కోర్టులకు కూడా అధికారాలు తీసేసిన ప్రభుత్వం ఈ జగన్ ప్రభుత్వం అన్నారు.

ఇటువంటి అన్యాయాలు, అక్రమాలను అరికట్టాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఈ ప్రభుత్వ అవినీతి, అక్రమాలు, అన్యాయాలు ప్రజలకు తెలియజేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఇవన్నీ దృష్టిలో ఉంచుకొని మూడు పార్టీల ఉమ్మడి ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థులకు అత్యధిక మెజార్టీతో గెలిపించేందుకు అందరూ కృషి చేయాలని దాడి వీరభద్రరావు కోరారు.

ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ మాట్లాడుతూ గడిచిన ఐదేళ్లలో డబ్బుకు ఆశపడి ఈ రాష్ట్రానికి పరిశ్రమలు రాకుండా యువతకు జగన్ అన్యాయం చేశారన్నారు. ఉత్తరాంధ్రలో ఈ జన సందోహం చూస్తుంటే కొణతాల అత్యధిక మెజార్టీతో గెలవడం ఖాయమన్నారు. తాను స్థానికున్ని కాదని కొంతమంది వైసీపీ నాయకులు చెబుతున్నారని, పార్లమెంట్‌కు పూర్తి స్థాయిలో పని చేసే వారు కావాలి తప్ప స్థానికత ముఖ్యం కాదన్నారు. ఈ సమావేశంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే పీలా గోవింద సత్యనారాయణ, దాడి జయవీర్, సీఎం రమేష్ తనయుడు రిత్విక్, మళ్ల రాజా, బొడ్డపాటి చినరాజారావు, తమ్మన సుబ్బారావు, పెద్ద సంఖ్యలో దాడి అభిమానులు, జనసేన కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

మంగళవారం 16-04-2024
క్రోధి నామ సంవత్సరము
ఉత్తరాయణం, వసంత ఋతువు
చైత్రమాసం

పంచాంగం

తిథి	: శు. అష్టమి ప. 03.39
నక్షత్రం	: పుష్యమి పూర్తి
వర్జ్యం	: ప. 02.25 ల 04.08

కొనసాగుతున్న మజ్జిగ పంపిణీ

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): చోడవరం వేసవిని దృష్టిలో పెట్టుకొని చోడవరం స్వయంభూ శ్రీ విగ్నేశ్వర స్వామి ఆలయ ప్రాంగణంలో నిర్వహిస్తున్న మజ్జిగ పంపిణీ కార్యక్రమం ఆదివారం నాటికి 6వ రోజుకి చేరుకుంది. మానవ సేవయే మాధవ సేవ అను శుభ సంకల్పంతో భక్తులకు బాటసారులకు మజ్జిగ వితరణ ఆలయ మాజీ ధర్మకర్త సువ్వాడ వెంకట విజయలక్ష్మి సోదరి సుజాతనగర్ వాస్తవ్యులు కుమారులు చైతన్య గణేష్, కార్తీక్‌ల ఆర్థిక ప్రోత్సాహంతో మజ్జిగ పంపిణీ చేస్తున్నారు.

జోరుగా వైసీపీ ఎన్నికల ప్రచారం

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్రంలో సంక్షేమ పాలన అందించిన జగన్ మోహన్ రెడ్డిని, నియోజకవర్గములో అనేక అభివృద్ధి పనులు చేసిన ఎమ్మెల్యే యువి రమణ మూర్తి రాజుని మరోసారి ఆశీర్వదించాలని ఎంపిపి బోదెపు గోవింద్ కోరారు. యలమంచిలి మున్సిపాలిటీలో సోమవారం నాడు కాకివాని వీధితో పాటుగా పలు వీధులలో జరిగిన వైసీపీ ఇంటింటి ప్రచారం కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. సంక్షేమ పథకాల గురించి వివరించారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో వైసీపీకి ఓటు వేసి గెలిపించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైసీపీ నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

నేడు విద్యుత్ సరఫరా నిలిపివేత

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): 11 కెవి దార్లపూడి సబ్ స్టేషన్ పరిధిలో 11 కెవి కొత్తలి, ఏటికొప్పాక ఫీడర్‌లకు సంబంధించి లైన్ నిర్వహణ పనులు, మరమ్మత్తుల నిమిత్తం నేడుఉదయం 10 గం॥ల నుంచి మధ్యాహ్నం 12 వరకు, మరలా మధ్యాహ్నం 3 గం॥ ల నుంచి సాయంత్రం 6 గం.ల వరకు యలమంచిలి మండలంలో కొత్తలి,పేరంటాళ్లపాలెం, ములకలాపల్లి, మన్యంపాలెం గ్రామాలకు విద్యుత్ సరఫరా నిలుపుదల చేయనున్నట్లు విద్యుత్ అధికారి ఎక్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ కె.రాజశేఖర్ సోమవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యుత్ సరఫరా నిలుపుదల చేసే ప్రదేశాలలో అవకాశం ఉన్న చోట ప్రత్యామ్నాయంగా ఉదయం 6 గం॥ల నుండి 10 గం॥ల వరకు అలాగే మధ్యాహ్నం 12 గం॥ల నుండి 2 గం॥ల వరకు వ్యవసాయ విద్యుత్ కనెక్షన్ లకు విద్యుత్ సరఫరా చేస్తామన్నారు.ఈ విషయాన్ని వినియోగదారులు గమనించి సహకరించాలని కోరారు.

విశాఖ సమాచారమ్

మంగళవారం 16-04-2024

మౌనం

వాక్కును నియంత్రించడమే మౌనం. ఇదొక అద్భుతమైన తపస్సు. మాటలను వృథాగా వినియోగించకుండా అవసరం మేరకే వినేవారికి ఇంపుగా, హితంగా, మితంగా మాట్లాడాలని, అలా చేతకానప్పుడు మౌనమే మేలని విదురనీతి వివరిస్తోంది.

అయిదు విధాల 'శాంతి'లలో మౌనం ముఖ్యమైనదిగా చెబుతారు.

'మాట వెండి, మౌనం బంగారం' అని సామెత. "మాట్లాడటం ద్వారా శక్తిని వృథా చేసుకునేకంటే మౌనంగా ధ్యానం చేయడం వల్ల ఆధ్యాత్మికంగా ఉన్నత స్థితికి చేరుకోవచ్చు" అన్నారు స్వామి వివేకానంద.

మౌనం మూడు రకాలు.

1. **ఒకటవది:** వాక్‌మౌనం. వాక్కును నిరోధించడమే వాక్‌మౌనం. దీనినే మౌనవ్రతం అంటారు. ఇలాంటి మౌనం వల్ల పరుష వచనాలు పలకడం, అబద్ధాలాడటం, ఇతరులపై చాడీలు చెప్పడం, అసందర్భ ప్రేలాపాలు అనే నాలుగు వాగ్దోషాలు హరిస్తాయి.

2. **రెండోది అక్షమౌనం.** అంటే ఇంద్రియాలను నిగ్రహించడం.

3. **మూడోది కాష్ఠమౌనం.** దీనినే 'మానసిక మౌనం' అంటారు. మౌనధారణలోనూ మనసు అనేక మార్గాల్లో పయనిస్తుంది. దాన్నీ అరికట్టినప్పుడే కాష్ఠమౌనం సాధ్యపడుతుంది.

మౌనం ఆరోగ్య వృద్ధికి తోడ్పడుతుంది. దీనివల్ల దివ్యశక్తి ఆవిర్భవిస్తుంది. బాహ్య, అంతర సౌందర్యాలను పెంచుతుంది. మనోశక్తులు వికసిస్తాయి. ఎదుటివారిలో పరివర్తన తెస్తుంది. ఆధ్యాత్మిక శక్తి ఉత్పన్నమై ఆత్మకు శాంతి లభిస్తుంది. సమయం సద్వినియోగ మవుతుంది. పతంజలి మహర్షి తన యోగ సిద్ధాంతంలో మౌనానికి ప్రాధాన్యమిచ్చారు.

మౌనాన్ని అవలంబించిన మహాత్ముల్లో కంచి పరమాచార్య, రమణ మహర్షి, శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస, స్వామి వివేకానంద వంటి వారెందరో ఉన్నారు.

ధ్యానానికి మౌనమే పునాది. బహిర్గతంగానే కాదు, అంతర్గతంగానూ 'మౌనం పాటించనిదే ధ్యానం చేయడం అసాధ్యం'. నిరంతర యోగసాధకులైన మహర్షులు మౌనంగా ధ్యానం కొనసాగిస్తారు.

రోజూ అరగంట మౌనంగా ఉంటే శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యం సిద్ధించడంతో పాటు ఆశలు, ఆశయాలు, కలలు, కోరికలు నెరవేరతాయని ఆధ్యాత్మిక వేత్తలు చెబుతున్నారు. మౌనంగా ఉండటమంటే ఇంట్లో పనులు చేస్తూ, టీవీ కార్యక్రమాలు చూస్తూ, కంప్యూటర్ ముందు కూర్చుని అంతర్జాలం చూడటం కాదు. కళ్లు మూసుకుని మాటను, మనసును మౌనంలోకి జార్చేస్తే మనసు తేలిగ్గా ఉంటుంది. ఎంతో మంది అనుభవపూర్వకంగా చెబుతున్న విలువైన మాట ఇది.

ఆచి తూచి మాట్లాడటం చేతకానితనం కానేకాదు. తనపై తన ఆలోచనలపై తనకున్న పట్టును అది తెలియజేస్తుంది. 'చేజారిన కాలం, పెదవి దాటిన పలుకు' వెనక్కి రావు. అందుకే వాటిని ఎంత జాగ్రత్తగా ఉపయోగించుకోవాలో తెలిసి తీరాలి.

ప్రతి రోజూ ఎన్నో రకాల ఆలోచనలు మనల్ని పట్టి పీడిస్తుంటాయి. వాటి ప్రభావం మన మాటలపై, చేతలపై పడుతుంది. అవి ఓ చక్రం తిరిగినట్టు తిరుగుతాయి. ఆ చక్రాన్ని ఆపే శక్తే 'మౌనం'.

ఏ సాధన అయినా మౌనం వల్లనే సాధ్యమవుతుంది. భగవంతుడి సాన్నిధ్యానికి చేర్చే అసలైన సాధనం మౌనమే.

పార్టీ అంతా ఏకతాటిపై నిలిస్తే అధికారం మనదే

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): అధికార వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీలో నాయకులు, కార్యకర్తలు ఏకతాటిపై నిలుస్తూ కలిసికట్టుగా పనిచేస్తే మరలా అధికారం మనదే అని వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల సమన్వయ కర్త వైవి సుబ్బారెడ్డి అన్నారు. భీమిలి మండలం మజ్జివలస గ్రామంలో స్థానిక ఎంఎల్ఏ, భీమిలి నియోజకవర్గ పార్టీ అభ్యర్థి అవంతి శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం రాత్రి నిర్వహించిన బహిరంగ సభలో ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన సుబ్బారెడ్డి మాట్లాడుతూ పార్టీ అన్నాక నాయకులు, కార్యకర్తల మధ్య చిన్న చిన్న మనస్పర్థలు ఉండడం సహజమాని వాటిని విడనాడి పార్టీ గెలుపునకు కృషి చేయాలని కోరారు. భీమిలిలో అవంతి శ్రీనివాసరావు పై నమ్మకం ఉండబట్టే పార్టీ అధిష్ఠానం ఆయనకు మరలా టికెట్ ఇచ్చిందని ఆయన అన్నారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న విద్యాశాఖ మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ మాట్లాడుతూ టీడీపీ పాలనలో పసుపు చొక్కాలు వేసుకొన్న నాయకులు బాగుపడ్డారని, కాని రాష్ట్రం లో జగన్ పాలనలో అన్ని వర్గాలు బాగుపడ్డాయాని అన్నారు. నేడు ముఖ్యమంత్రి బటన్ నొక్కితే సంక్షేమ పథకాలు నేరుగా లబ్దిదారులకు చేరుతున్నాయని అన్నారు. ప్రజలు అందరూ మరలా వైసిపికి ఓటు వేసి జగన్‌ను ముఖ్య మంత్రిని చేయాలని ఆయన కోరారు. సమావేశంలో పార్టీ విశాఖ పార్లమెంట్ అభ్యర్థిని బొత్స ఝాన్సీ, భీమిలి ఎంపీపీ వాసురాజు ఇతర నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈస్ట్ కోస్ట్ రైల్వే

ఇ-టెండరు ప్రకటన నెం. SNTGSUWATAUTO GVIDUSI0224, తేదీ.: 06.04.2024

పని పేరు: ఈస్ట్ కోస్ట్ రైల్వే వాల్తేరు డివిజన్ విజయనగరం (VZM)-పలాస (PSA) సెక్షన్ మధ్యన ఆటో సిగ్నలింగ్ ఏర్పాటునకు సంబంధించి గరివిడి (GVI)-దూసి (DUSI) మధ్య ఆటో సిగ్నలింగ్ ఏర్పాటు మరియు మిసిలేనియస్ పనులు నిర్వర్తించుట

ప్రకటిత విలువ: ₹ 28,24,64,736/-, బయానా: ₹15,62,300/-, పూర్తి చేయు కాలం: 12 నెలలు.

టెండరు ముగింపు తేదీ మరియు సమయం: 29.04.2024న 1200 గంటలు.

ఇందుకు సంబంధించి మాన్యువల్ ఆఫర్లు ఇ-టెండర్లకు సంబంధించి పోస్టు / కొరియర్ / ఫ్యాక్స్ లేదా స్వయంగా తమ సంస్థ లెటర్ హెడ్స్ పైన, సకాలంలో అందునట్లు పంపినప్పటికి అంగీకరించబడవు. అట్టి అన్ని మాన్యువల్ ఆఫర్లు చెల్లుబాటు కానివిగా పరిగణించబడతాయి మరియు ఎలాంటి పరిశీలన లేకుండానే తిరస్కరించబడతాయి. పై ఇ-టెండరుకు సంబంధించిన పూర్తి సమాచారం ఇ-టెండరు డాక్యుమెంట్లతో పాటు http://www.ireps.gov.in వెబ్‌సైట్ నందు లభిస్తాయి.

సూచన: విశ్వసనీయ టెండరుదారులు ఈ టెండరుకు సంబంధించి ఏదైన మార్పులు/సవరణలు కోసం టెండరు ముగింపు తేదీకి 10 (పది) రోజులు ముందుగా ఈ టెండరును మరొకసారి చూడవలసినదిగా సలహాఇవ్వటమైనది. వెబ్‌సైట్: www.ireps.gov.in

PR-3/CH/24-25 డిప్యూటీ CSTE/GSU/ వాల్తేరు

2024 సార్వత్రిక ఎన్నికలలో పోటీ చేయు అభ్యర్థులకు విజ్ఞప్తి

నూతన ఎన్నికల చట్టంప్రకారం పోటీలో నిలబడే అభ్యర్థులు తమపై ఉన్న నేరముల వివరములను ఒక తెలుగు మరియు ఒక ఆంగ్ల పత్రికలో ప్రచురించవలసి ఉంటుంది.

రాష్ట్ర మరియు కేంద్రప్రభుత్వ ప్రకటనల అధికారులచే గుర్తింపబడిన విశాఖ సమాచారమ్ తెలుగుదినపత్రిక ఇటువంటి ప్రకటనలను ప్రచురించగలదు. విశాఖ సమాచారమ్ తెలుగుదినపత్రికలో ప్రకటన ఛార్జీలు స్వల్పము మరియు బహుళ ప్రచారము. కావున అభ్యర్థులు ఈ సదవకాశమును వినియోగించుకోవలసిందిగా కోరడమైనది.

వివరములకు : ఎస్.వీరభద్రరావు, చీఫ్ ఎడిటర్, ఫోన్ : 9393949345.

ఉదయం 5.30కే మాక్ పోల్

విజయనగరం: ఎన్నిక రోజు ఉదయం 5.30 కే మాక్ పోల్ నిర్వహించాలని, జిల్లా ఎన్నికల అధికారి, జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి ఆదేశించారు. అప్పటికి ఏజెంట్లు రాకపోతే, 15 నిమిషాలు ఎదురు చూసి, వచ్చినా రాకున్నా 5.45 కి మాక్ పోల్ ప్రారంభించాలని చెప్పారు. నిర్ణీత సమయానికి ఈ ప్రక్రియ ప్రారంభించాలని, దీనికోసం ఉదయం 5 గంటలకే పోలింగ్ బూత్ లో ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయాలని సూచించారు. ఎన్నికల ప్రక్రియ పై సంపూర్ణ అవగాహన కల్పించుకొని, ఒక్క తప్పు కూడా దొర్లకుండా ఈ ప్రక్రియను సజావుగా పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. ఎన్నికల ప్రక్రియ, ఈవిఎంలు, వివి ప్యాట్ల పనితీరుపై పిఓలు, ఏపివోలకు రాజాం, చీపురుపల్లి నియోజకవర్గ కేంద్రాల్లో రెండోవిడత శిక్షణా కార్యక్రమాన్ని సోమవారం నిర్వహించారు. ఎన్నికల ప్రక్రియ, ఈవీఎంల పనితీరు, పివోలు, ఏపివోల విధులు, బాధ్యతలను పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా వివరించారు. ఎన్నికల కమిషన్ రూపొందించిన వీడియోను ప్రదర్శించడం ద్వారా పూర్తి స్థాయి అవగాహన కల్పించేందుకు కృషి చేసారు.

ఈ శిక్షణా కార్యక్రమాలను జిల్లా కలెక్టర్ నాగలక్ష్మి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, పోలింగ్ రోజున, సంబంధిత పోలింగ్ బూత్‌లో పివోల బాధ్యత అత్యంత కీలకమని చెప్పారు. రీ పోలింగ్‌కు ఎక్కడా అవకాశం ఇవ్వకూడదని, ఎట్టి పరిస్థితిలోనూ తప్పులు, పొరపాట్లు జరగకూడదని స్పష్టం చేశారు. మూడో విడత శిక్షణా కార్యక్రమాన్ని మే మొదటి వారంలో నిర్వహిస్తామన్నారు. మాక్ పోల్ పూర్తి అయిన వెంటనే, వివి ప్యాట్ లను ఖాళీ చేయాలని, ఈవిఎం లను రీసెట్ చేసిన తరువాతనే పోలింగ్ ను ప్రారంభించాలని చెప్పారు. నిర్ణీత సమయం ఉదయం 7 గంటలకే పోలింగ్ ప్రారంభించాలని, ఉదయం నుంచే వీలైనంత వరకు వేగంగా పోలింగ్ ప్రక్రియను నిర్వహించాలని సూచించారు. పీఓలు ఎన్నికల కమిషన్ ఆదేశాలను ఉన్నది ఉన్నట్లు ఖచ్చితంగా అమలుచేయాలని ఆదేశించారు. పోలింగ్ ఏజెంట్లుగా వాలంటీర్లు ఉండకూడదని స్పష్టం చేశారు. రాజీనామా చేసిన వాలంటీర్లు గురించి బీఎల్వోలు, లేదా ఎంపీడీవో ధ్రువీకరించిన తరువాత ఏజెంట్లుగా అనుమతించ వచ్చునని సూచించారు. ఏజెంట్లు తప్పనిసరిగా ఆ నియోజకవర్గానికి చెందిన ఓటర్ అయ్యిఉండాలని స్పష్టం చేశారు. సర్పంచులు, వార్డు మెంబర్లు, కౌన్సిలర్లు, కార్పొరేటర్లు కూడా ఏజెంట్లుగా ఉండవచ్చునని తెలిపారు. పిఓ లు ఫారం 17 సి, పిఓ డైరీ, పిఓ రిపోర్ట్, పిఓ డిక్లరేషన్ లను తప్పులు లేకుండా, అన్నిట్లో ఓకే విధమైన వివరాలతో నింపాలని కలెక్టర్ కోరారు.

కార్యక్రమాల్లో రాజాం ఆర్వో జోసెఫ్, ఆయా మండలాల ఏఆర్వోలు, రెవెన్యూ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మరలా ఎమ్మెల్యేగా కన్నబాబును గెలిపిస్తాం

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): నియోజకవర్గంలో యలమంచిలి మున్సిపాలిటీ కొత్త ఎర్రవరం గ్రామానికి చెందిన సేనాపతి విజయ్, జాజుల రమణ, అప్పారావులతో పాటుగా సుమారు 30 కుటుంబాలు సోమవారం నాడు స్థానిక ఎమ్మెల్యే యువి రమణమూర్తి రాజు(కన్నబాబు) ఆధ్వర్యంలో జనసేనను వీడి వైసీపీ తీర్థం పుచ్చుకున్నారు. వీరందరికీ ఎమ్మెల్యే స్వయంగా కండువాలు కప్పి సాదరంగా పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ కొంతమంది కల్లబొల్లి మాటల వలన తాము వైసిపిని వీడామని కానీ ఎమ్మెల్యే యువి రమణమూర్తి రాజు యలమంచిలి నియోజకవర్గానికి, పట్టణంలో ప్రధాన సమస్యైన రైల్వే పై ఓవర్ బ్రిడ్జ్, అలాగే పట్టణంలో పార్కులను అభివృద్ధి చేయడమనేది కన్నబాబు రాజు వలనే సాధ్యమన్నారు. తామెప్పుడు వైసీపీలోనే ఉంటామని, కన్నబాబు రాజును భారీ మెజార్టీతో గెలిపించుకుంటామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ డిసిసిబి చైర్మన్ యు.సుకుమార్ వర్మ, ఎంపీపీ బోదెపు గోవింద్, మున్సిపల్ వైస్ ఛైర్మన్ బెజవాడ నాగేశ్వరరావు, కౌన్సిలర్ పిట్టా సత్తిబాబు, కో-అప్షన్ సభ్యులు దూది నర్సింహమూర్తి, రూరల్ పార్టీ అధ్యక్షులు కొల్లి అశోక్, నాయకులు సియాద్రి శ్రీను, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కూటమి అభ్యర్థి గంటా సమక్షంలో పలువురు చేరిక

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ భీమిలి జోన్ 3వ డివిజన్ పరిధి గొల్లలపాలెంకు చెందిన వైసీపీ నాయకులు భీమిలి కూటమి అభ్యర్థి గంటా శ్రీనివాసరావు సమక్షంలో తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరారు. స్థానికంగా గల గంటా శ్రీనివాసరావు క్యాంపు కార్యాలయం విడుదల చేసిన పత్రిక ప్రకటనలో పేర్కొంటూ తెలుగుదేశం సీనియర్ నాయకులు గాడు అప్పల నాయుడు, గాడు సన్యాసిరావు, నరేంద్రల ఆధ్వర్యంలో గొల్లలపాలెంకు చెందినవైసిపి నాయకులు ఆవాలు సూరిబాబు, ఎర్రిబాబు, సీరా అప్పలస్వామి, గొలగాని సుధాకర్, అప్పలరాజు, వియ్యపు తిరుపతిరావు, పిన్నింటి సురేష్, తిరుమల రెడ్డి, పి. అప్పల రాజు, పి.చిన్ని, కనకరాజు, శ్రీకాంత్, జి కనకరాజు వియ్యపు మధు తదితరులతో పాటు మరో 100 మంది కార్యకర్తలు గంటా శ్రీనివాసరావు నివాసంలో ఆయన సమక్షంలో తెలుగు దేశం పార్టీ తీర్థం బుచ్చుకొన్నారు. వారికి గంటా శ్రీనివాసరావు పార్టీ కండువాలు వేసి పార్టీలోకి సాదారంగా ఆహ్వానించారు. అలాగే 8వ డివిజన్ పరిధి ఎండాడ, సాగర్ నగర్‌లకు చెందినవార్డు అధ్యక్షులు చెట్టుపల్లి గోపి, యు.రాంబాబు, జయ బాబు, శంకర్, మహేష్ తదితరులతో పాటు మరో 240 మంది తెలుగుదేశంలోకి చేరినట్లు క్యాంపు కార్యాలయ ప్రతినిధులు పేర్కొన్నారు.

ఆస్తి, ఖాళీ స్థలాల పన్నులను చెల్లించి 5 శాతం రాయితీని పొందండి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖపట్నం ఏప్రిల్ 15:- 2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరమునకై జివిఎంసికి సంబంధించి ఆస్తి, ఖాళీ స్థలాల పన్నులను ఏప్రిల్ 30వ తేదీలోగా ఏక మొత్తంగా ఒకేసారి చెల్లించి 5 శాతం రాయితీ (ఎర్లీ బర్డ్ ఆఫర్) ను పొందాలని జివిఎంసి కమిషనర్ సిఎం.సాయికాంత్ వర్మ సోమవారం పత్రికా ప్రకటన ద్వారా తెలిపారు.

2024-25 సంవత్సరం యొక్క జివిఎంసికి సంబంధించిన ఆస్తి, ఖాళీ స్థలాల పన్నులకు సంబంధించి 2024 ఏప్రిల్ 30వ తేదీ లోగా ఆస్తి, ఖాళీ స్థలాల పన్ను మొత్తం ఒకేసారి చెల్లించి 5 శాతం రాయితీ పొందవచ్చని, ఈ సదవకాశాన్ని పన్ను చెల్లింపుదారులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కమీషనరు తెలిపారు. సదరు పన్ను చెల్లింపులకు.., జివిఎంసి అన్ని సౌకార్యం కేంద్రాలను, సూచిత బ్యాంకులను, జివిఎంసి వెబ్ సైట్‌ను ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంచిందన్నారు.

ఆస్తి, ఖాళీ స్థలాల పన్నులు చెల్లింపు ప్రదేశాలు, మార్గాలు: జివిఎంసి ప్రధాన కార్యాలయంలో గల సౌకర్యం కేంద్రం లో, అన్ని జోనల్ కార్యాలయాల సౌకర్యం కేంద్రాలలో ఉదయం 9 గంటల నుండి సాయంత్రం 8 గంటల వరకు పన్నులను చెల్లించవచ్చును.

ఆదివారం, ప్రభుత్వ సెలవు దినాలలో కూడా జివిఎంసి సౌకర్యం కేంద్రాలలో పన్నులను చెల్లించవచ్చును.

కేవలం ఆన్ లైన్ ద్వారా చెల్లించే పన్నుదారులు జివిఎంసి వెబ్ సైట్ gvmc.gov.in - property tax - bharat QR code ద్వారా చెల్లించవచ్చును.

జివిఎంసి సౌకర్యం కేంద్రం, ఐడిబిఐ సిరిపురం బ్రాంచ్, ఐసిఐసిఐ బ్యాంకు, ద్వారకా నగర్ బ్రాంచ్, పంజాబ్ నేషనల్ బ్యాంక్, మధురవాడ బ్రాంచ్, యాక్సిస్ బ్యాంక్ రామనగర్ బ్రాంచీలలోనూ, అన్ని సచివాలయలలోనూ నగదు/డిడి/డెబిట్/ క్రెడిట్ కార్డు ద్వారా కూడా ఆస్తి, ఖాళీ స్థలాల పన్నులను చెల్లించవచ్చును.

కావున ఆస్తి, ఖాళీ స్థలాల పన్ను చెల్లింపుదారులు ఈ పై పన్ను చెల్లింపు సౌకర్యాలను వినియోగించుకొని ఒకేసారి ఏకమొత్తముగా పన్నులను చెల్లించి 5 శాతం రాయితీ (ఎర్లీ బర్డ్ ఆఫర్)ను పొందవచ్చునని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని విశాఖ నగరాభివృద్ధికి సహకరించాలని కమిషనర్ తెలిపారు.

ఆంధ్రప్రదేశ్ లో వైసీపీని ఓడించి ప్రజాస్వామ్యాన్ని రక్షించండి

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో వైసీపీని ఓడించి ప్రజాస్వామ్యాన్ని రక్షించండి అని బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి రవికుమార్ పెనుమాక పిలుపునిచ్చారు. సోమవారం ఆయన బీజేపీ కోర్ కమిటీ సభ్యులు కుడుముల వెంకట రమణ ఆధ్వర్యంలో కురిడి మెట్ట, డేగలపుట్, బురుగుపుట్‌లో బీజేపీ, టీడీపీ, జనసేన, ఉమ్మడి అభ్యర్థులు అరకు ఎంపీ అభ్యర్థి కొత్తపల్లి గీత, పాడేరు అసెంబ్లీ అభ్యర్థి కిల్లు రమేశ్ నాయుడుల గెలుపు కోరుతూ గ్రామాల్లో ప్రజలతో సమావేశమయ్యారు.

రవికుమార్ పెనుమాక మాట్లాడుతూ, రాష్ట్రంలో అవినీతి పాలన సాగుతోంది వైసీపీ ప్రభుత్వాన్ని గద్దె దింపడమే ఏకైక లక్ష్యంగా బీజేపీ, టీడీపీ జనసేన ఉమ్మడి అభ్యర్థులను గెలిపించాలని డా॥ బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ ఇచ్చిన ఓటు తో అవినీతి పాలనకు స్వస్తి చెప్పి టీడీపీ సైకిల్ గుర్తుకు పై బీజేపీ ఎంపీ అభ్యర్థి గుర్తు కమలం గుర్తుకు ఓటు బటన్ నొక్కాలని కోరారు,వైసీపీ ప్రభుత్వం గ్రామ పంచాయతీ నిధులు పక్క దారి మళ్లించి, గ్రామ పంచాయతీల్లో అభివృద్ధి కాకుండా అడ్డుకోవడం దారుణంగా ఉందని, ఒక్క చాన్స్ అని ఓటు అడిగి అధికారంలోకి రాగానే బస్ చార్జీలు, విద్యుత్ చార్జీల పెంపు, ఇంటి పన్ను చెత్తపన్నులతో ప్రజలు నుండి వసూలు చేస్తున్నారు అని తెలిపారు, రాబోయే ఎన్నికల్లో మే 13 ఎన్నికల్లో వైసీపీ పాలన ఓటు బటన్ నొక్కి వైసీపీ పాలనకు అంతం చెయ్యాలి అని రాష్ట్రంలో బీజేపీ జనసేన టీడీపి ఉమ్మడి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన వెంటనే జోవో నంబర్ 3 పునరుద్ధరణ చేస్తారని తెలిపారు యువకులు ప్రతీ ఒక్కరూ వైసిపికి గద్దె దింపాలని కోరారు, పవన్ కళ్యాణ్, ప్రధాన మంత్రి నరేంద్రమోదీ, నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఉమ్మడి ప్రభుత్వం వస్తే రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి యువత కు ఉపాధి, మహిళలు కు మూడు గ్యాస్ సిలిండర్ లు ,పింఛన్ లు నాలుగు వేల రూపాయలు వరకు పెంచుతుంది అని ప్రతీ వలింటర్‌కు 10,000 రూపాయల వరకు పెంచి యధావిధిగా గ్రామ వలింటర్‌కు మరింత లాభం వచ్చేలా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని రవికుమార్ పెనుమాక తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా జిల్లా అధ్యక్షుడు పాపిటి రాజు, బీజేపీ మైనారిటీ మోర్చా జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు రమణ గ్రామస్తులు మహిళలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఈ జ్యూస్‌లు తాగితే యూరిక్ యాసిడ్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి

యూరిక్ యాసిడ్ గురించి చాలా మందికి తెలిసే ఉంటుంది. ఈ మధ్యకాలంలో చాలా మంది ఈ సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. యూరిక్ యాసిడ్ అనేది శరీరంలోని ప్యూరిన్ల విచ్ఛిన్నం నుండి ఏర్పడే వ్యర్థం. ఈ ప్యూరిన్స్ కొన్ని ఆహారాల్లో ఉంటాయి. యూరిక్ యాసిడ్ లెవల్స్ చాలా ఎక్కువగా ఉంటే ఆర్థరైటీస్, మూత్రపిండాల్లో రాళ్ళు ఏర్పడతాయి.

యూరిక్ యాసిడ్ లెవల్స్ తగ్గించేందుకు..

యూరిక్ యాసిడ్ లెవల్స్ తగ్గించడానికి ఎలాంటి నివారణ లేనప్పటికీ, కొన్ని డ్రింక్స్ తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలోని నీటిని తొలగించి యూరిక్ యాసిడ్‌ని కంట్రోల్ చేసేందుకు సాయపడతాయి. మూత్రపిండాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. ఇవి మంటని తగ్గిస్తాయి.

చెర్రీస్ జ్యూస్.. చెర్రీస్‌లో మంటను తగ్గించి, యూరిక్ యాసిడ్ లెవల్స్‌ని కంట్రోల్ చేసే గుణాలు ఉన్నాయి. తాజా చెర్రీస్‌ని జూస్‌లా చేయండి. తీయని చెర్రీ రసాన్ని నీటితో కలిపి తీసుకోండి. దీని వల్ల ముఖ్యంగా కీళ్ళనొప్పులు తగ్గుతాయి.

అల్లం టీ.. అల్లంలో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉన్నాయి. ఇవి యూరిక్ యాసిడ్ లెవల్స్‌ని తగ్గించి నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. అల్లం ముక్కల్ని వేడినీటిలో 5 నుంచి 10 నిమిషాల పాటు మరిగించండి. అవసరమనుకుంటే నిమ్మరసం కలిపి రోజుకి 2 నుంచి 3 సార్లు తాగండి.

ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్.. ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ శరీరాన్ని ఆల్కలైజ్ చేయడానికి, జీర్ణక్రియని ప్రేరేపించడానికి సాయపడుతుంది. యూరిక్ యాసిడ్‌ని బయటికి పంపించడంలో సాయపడుతుంది. ఓ గ్లాసు నీటిలో 1 నుండి 2 టేబుల్ స్పూన్ల ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్‌ని కలపండి. ఇష్టమనుకుంటే కొద్దిగా తేనె కలపండి.తినే ముందు రోజుకి ఒకటి, రెండు సార్లు తాగడం మంచిది.

పుచ్చకాయ.. పుచ్చకాయలో హైడ్రేటింగ్, సిట్రులిన్ వంటి పదార్థాలు ఉంటాయి. ఇది యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలను కంట్రోల్ చేయడంలో సాయపడుతుంది. తాజా పుచ్చకాయ ముక్కల్ని నీటిలో కలిపి జ్యూస్‌లా చేసి తాగాలి. ముఖ్యంగా ఎండాకాలంలో తప్పకుండా తాగాలి.

నిమ్మరసం.. నిమ్మనీరు శరీరాన్ని ఆల్కలైజ్ చేస్తుంది. శరీర స్థాయిని బ్యాలెన్స్ చేయడానికి హెల్ప్ చేస్తుంది. ఇందులో సిట్రిక్ యాసిడ్ కూడా ఉంటుంది. ఇది యూరిక్ స్ఫటికాలను కరిగించడంలో సాయపడుతుంది. ఇందుకోసం ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీటిలో నిమ్మకాయని పిండి ఖాళీ కడుపుతో తాగండి.

దోసరసం.. దోసకాయలో అధిక నీటిశాతం ఉంటుంది. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల శరీరం నుండి నీటి లోపాన్ని తగ్గించి, యూరిక్ యాసిడ్‌తో సహా టాక్సిన్స్‌ని బయటకి పంపిస్తాయి. దీనికోసం తాజా దోసకాయ జ్యూస్‌లా చేసి ప్రతిరోజూ తాగాలి.

అందుకే థైరాయిడ్‌తో బాధపడేవారు బరువు పెరుగుతారు..

థైరాయిడ్ హార్మోన్ అసమతుల్యత జీవక్రియ రేటును ప్రభావితం చేస్తుంది. మీరూ హైపోథైరాయిడిజంతో బాధపడుతున్నట్లయితే త్వరలోనే బరువు పెరుగుతారు. మరైతే ఎలా? బరువును ఎలా అదుపులో పెట్టుకోవాలి అని ఆలోచిస్తున్నారా? కొన్ని జీవనశైలి మార్పులతో హైపర్ థైరాయిడిజంలో కూడా బరువు తగ్గడం సాధ్యమేనని చెబుతున్నారు.

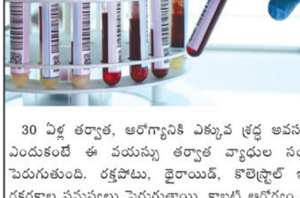
నిజానికి థైరాయిడ్ గ్రంధి శరీర జీవక్రియను పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది ఆహారాన్ని శక్తిగా మారుస్తుంది. అందువల్ల హైపోథైరాయిడిజంతో బాధపడుతున్నప్పుడు బరువును నియంత్రించడం కష్టమవుతుంది. థైరాయిడ్ వ్యాధితో బాధపడేవారు రోజూ వైద్యులు సూచించిన మెడిసిన్ తీసుకోవాల్సిందే. ఇది థైరాయిడ్ హార్మోన్ స్రావం, పనితీరును సక్రియం చేస్తుంది. అయితే బరువు అదుపులో ఉండాలంటే కొన్ని పద్ధతులను అనుసరించాలి.

థైరాయిడ్ మెడిసిన్ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోవాలి. అయితే మెడిసిన్ తీసుకున్న తర్వాత బ్రేక్ ఫాస్ట్ మానేయడం సరికాదు. దాంతో బరువు పెరుగుతుంది. ఖాళీ కడుపుతో ఎక్కువసేపు ఉండటం ఆరోగ్యానికి అంత మంచిదికాదు. ఒకేసారి పెద్ద మొత్తంలో తినకూడదు. తక్కువ మొత్తంలో ఎక్కువసార్లు తినాలి.

థైరాయిడ్‌లో ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఫాస్ట్ ఫుడ్, షుగర్ ఫుడ్స్ మానుకోవాలి. ఇవి బరువును అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. సోడా పానీయాలలో చక్కెర, కేలరీలు రెండూ ఎక్కువగా ఉంటాయి. అందుకే వేసవిలో శరీరాన్ని చల్లగా కాపాడుకునేందుకు కూల్ డ్రింక్స్‌ను ఎంచుకోకండి. ఇవి బరువు పెంచుతాయి. థైరాయిడ్‌తో పాటు ఇతర వ్యాధులు కూడా రావచ్చు.

అలాగే థైరాయిడ్ రోగులకు వ్యాయామం చాలా ముఖ్యం. ఇది బరువు తగ్గడాన్ని సులభతరం చేస్తుంది. అలాగే జీవక్రియ రేటు సాధారణం చేస్తుంది. నిద్రలేమి వల్ల ఊబకాయం వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ఇక థైరాయిడ్‌లో బరువు పెరగకుండా నియంత్రిచాలంటే రోజుకు 7-8 గంటల నిద్ర అవసరం. తగినంత నిద్ర అనేక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.

30 ఏళ్ల తర్వాత ఈ రక్త పరీక్షలు క్రమం తప్పకుండా చేయించుకోవాలి



30 ఏళ్ల తర్వాత, ఆరోగ్యానికి ఎక్కువ శ్రద్ధ అవసరం, ఎందుకంటే ఈ వయస్సు తర్వాత వ్యాధుల సంఖ్య పెరుగుతుంది. రక్తపోటు, థైరాయిడ్, కొలెస్ట్రాల్ ఇలా రకరకాల సమస్యలు పెరుగుతాయి. కాబట్టి ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించండి. మన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి రెగ్యులర్ బ్లడ్ టెస్ట్ చాలా మంచిది.

చాలా తక్కువ మంది ఆసక్తి చూపి రక్తపరీక్షలు చేయించుకుంటారు. ఆరోగ్య సమస్య ఉందని డాక్టర్ చెబితే రక్తపరీక్షలు చేయించుకునే వారు ఎక్కువ మంది లేరా? వ్యాధి వచ్చిన తర్వాత చికిత్స చేయడం కంటే ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మంచిది, ఈ రక్త పరీక్షలు మన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో సహాయపడతాయి :

ఏ పరీక్షను క్రమం తప్పకుండా చేయడం మంచిది?

ప్రతి 6 నెలలకోసారి ఈ రక్త పరీక్ష చేయడం ద్వారా మీ ఆరోగ్యం ఎలా ఉందో తెలుసుకోవచ్చు. ఎలాంటి పరీక్షలు చేయాలి?

పూర్తి రక్త పరీక్ష లేదా CBC

ఈ పరీక్షలో ఎన్ని ఎర్ర రక్త కణాలు ఉన్నాయి? హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిని తెలుసుకోవచ్చు. ఈ పరీక్ష చేయడం వల్ల పోషకాల లోపం ఉందా, క్యాన్సర్ కణాలు ఉన్నాయా అని తెలుసుకుని త్వరగా సరైన చికిత్స పొంది నయమవుతుంది.

ప్రాథమిక జీవక్రియ ప్యానెల్ (BMP), ఈ పరీక్ష చేయడం ద్వారా, కాల్షియం, గ్లూకోజ్, సోడియం, పొటాషియం, క్లోరైడ్, బ్లడ్ యూరియా నైట్రోజన్.

ఈ రక్త పరీక్షకు 8 గంటల ముందు ఉపవాసం అవసరం, అల్పాహారం ముందు ఉదయం దీన్ని చేయాలని సూచించబడింది, తద్వారా 8 గంటల గ్యాప్ ఉంటుంది. ఈ పరీక్ష ద్వారా, మీరు మూత్రపిండాల ఆరోగ్యం గురించి తెలుసుకోవచ్చు. మధుమేహం ఉంటే ఎలక్ట్రోలైట్స్ అసమతుల్యత తెలుస్తుంది.

లిపిడ్ పరీక్ష: ఈ పరీక్ష సమయంలో ఉదయం 8 గంటల తర్వాత ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోరాదు. ఈ పరీక్ష ద్వారా కొలెస్ట్రాల్‌ను తెలుసుకోవచ్చు. ఈ పరీక్షలో ఎంత చెడ్డ కొలెస్ట్రాల్ ఉందో తెలుస్తుంది.

థైరాయిడ్ పరీక్ష: T3, T4, TSH పరీక్షల ద్వారా థైరాయిడ్ హార్మోన్ సమతుల్యంగా ఉందో లేదో తెలుసుకోవచ్చు.

T3 **హార్మోన్:** ఈ హార్మోన్ హృదయ స్పందన రేటును నియంత్రిస్తుంది మరియు శరీర ఉష్ణోగ్రతను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది.

T4: ఇది సరైన జీవక్రియలో సహాయపడుతుంది.

సి-రియాక్టివ్ ప్రోటీన్ టెస్ట్: ఈ పరీక్ష చేయడం ద్వారా కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని తెలుసుకోవచ్చు. అలాగే గుండెపోటు వచ్చే అవకాశం ఉందో లేదో కూడా తెలుస్తుంది. కొన్ని ఇతర టాయిమ్యూన్ వ్యాధులు ఉన్నా, ఈ పరీక్ష ద్వారా తెలుస్తుంది.

లైంగికంగా సంక్రమించు వ్యాధి: హెర్పెస్, ఎయిడ్స్, హెపటైటిస్ సి, ఈ విషయాన్ని రక్తపరీక్ష ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు.

రక్త పరీక్ష చేయించుకోవడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు: రక్తపరీక్షల వల్ల డబ్బు వృధా అని అనుకుంటాం కానీ వయసు పెరిగే కొద్దీ ఈ రకమైన రక్త పరీక్షలు చాలా అవసరం. ఇలా రక్తపరీక్షలు చేయించుకోవడం వల్ల ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్య ఉంటే త్వరగా తెలిసిపోయి, చికిత్స పొంది నయమవుతుంది.

కానీ క్యాన్సర్ వంటి కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలను మొదట్లో గుర్తించరు, వ్యాధి ముదిరినప్పుడే. అదే రెగ్యులర్ రక్తపరీక్ష చేయడం వల్ల ఏదైనా సమస్య ఉంటే ముందుగానే తెలుసుకుని, వ్యాధి పెరగకముందే చికిత్స చేసి నయం చేయవచ్చు.

వేగంగా వ్యాపిస్తోన్న కలరా..

క్లీన్ సిటీగా పేరున్న బెంగళూరులో కలరా నేడు వేగంగా విస్తరిస్తోంది. ఇప్పటికే ఈ సమస్య బారిన పడి ఆస్పత్రి పాలయ్యారు. దీంతో అలెర్ట్ అయిన ఆరోగ్య శాఖ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నారు.

కలరా కారణంగా చాలా మంది ఇబ్బంది పడుతున్నారు. పెరిగిన బ్యాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్‌ని అలానే వదిలేస్తే ప్రాణాంతకరమవుతుంది. ఇది ప్రధానంగా కలుషితమైన నీరు ఆహారం ద్వారా వ్యాపిస్తోంది. అతిసారం, వాంతులు మొదలైన లక్షణాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇంతకు ముందు ఆఫ్రికా, బంగ్లాదేశ్ వంటి దేశాల్లో కనిపించే ఈ సమస్య బెంగళూరుకి పాకింది.

ఎలా వస్తుంది.. కలుషిత నీరు, ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల కలరా వస్తుంది. ఈ సమస్య కారణంగా బ్యాక్టీరియా చిన్న ప్రేగుల్లో ప్రవేశించి విరోచనాలు, వాంతులకి కారణమవుతుంది.

కారణాలు.. ప్రస్తుతం నీటి సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. దీని వల్ల చాలా మంది అపరిశుభ్రమైన నీటినే తీసుకుంటున్నారు. దీంతో పాటు అపరిశుభ్రమైన రోడ్డు పక్కన ఫుడ్ తీసుకోవడం, ఇమ్యూనిటీ తగ్గడం, పరిశుభ్రత పాటించకపోవడం దీనికి కారణం. కలరా ఉన్న వ్యక్తులు సరిగ్గా చేతులు కడుక్కోకుండా మరొకరికి షేక్ హ్యాండ్ ఇవ్వడం.

లక్షణాలు.. అతిసారం ఉంటే.. బీపి తగ్గడం, నీరసం, హార్ట్ బీట్ పెరగడం, కండరాల తిమ్మిరి.

ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే డాక్టర్‌ని కలిసి ట్రీట్‌మెంట్ తీసుకోవాలి. అదే విధంగా పరిశుభ్రంగా ఉండడం చాలా ముఖ్యం.

వ్యాప్తి చెందడానికి ఎంత సమయం..

కలరా బ్యాక్టీరియా బాడీలోకి ప్రవేశించిన తర్వాత దాని లక్షణాలు కనిపించడానికి దాదాపు 14, 16 రోజులు పడుతుంది. ఈ సమయంలో పైన లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే డాక్టర్‌ని కలవడం మంచిది.

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు..

ఈ సమస్య రాకుండా ఉండాలంటే పరిశుభ్రత పాటించాలి. టాయిలెట్‌కి వెళ్ళిన ప్రతిసారి చేతులు కడుక్కోవాలి. స్వచ్ఛమైన నీరు, ఆహారం తీసుకోవాలి. నీటిని మరిగించి తాగాలి. అల్లం, తులసి కలిపిన నీరు తాగాలి.

వామ్మో..! పాలే కదా అని ఎక్కువగా తాగితే ఏమవుతుందో తెలుసా..?

ఆరోగ్యానికి అన్ని రకాలుగా మేలు చేసే పాలు అతిగా తాగితే ఆరోగ్య సమస్యలు తప్పవంటున్నారు. పాలు ఎక్కువగా తాగడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని చెబుతున్నారు.. శరీరంలో తిమ్మిరి, ఉబ్బరం, అజీర్ణం, అతిసారం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయని సూచిస్తున్నారు. శరీరం లాక్టోస్‌ను సరిగ్గా విచ్ఛిన్నం చేయలేకపోతే, అది జీర్ణవ్యవస్థ గుండా వెళుతుంది. గట్ బ్యాక్టీరియా ద్వారా విచ్ఛిన్నమవుతుంది. ఇది గ్యాస్ ఏర్పడటానికి, జీర్ణ సమస్యలకు దారితీస్తుంది.

ఎక్కువ పాలు తాగనివారిలో మీ శరీరం పాలకు అనుగుణంగా లేకుంటే అది పేగు సింద్రోమ్‌కు దారి తీస్తుంది. దీని కారణంగా మీరు ఎల్లప్పుడూ నీరసంగా, అలసటగా ఉంటారు. ఎక్కువగా తలనొప్పి సమస్య కూడా వేధించే అవకాశం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

పాలు ఎక్కువగా తాగటం వల్ల ముఖంపై మొటిమల సమస్య కూడా పెరుగుతుంది. మొటిమలు, మచ్చలతో బాధపడాల్సి ఉంటుంది.. ముఖంపై మొటిమలు, మచ్చలు తరచూ వేధిస్తున్నట్టయితే.. మీరు రోజుకు ఎన్ని పాలు తాగుతున్నారో గమనించండి. పాలలోని కొన్ని రసాయనాలు బ్రేక్‌అవుట్ సమస్యలను కలిగిస్తాయి.

పాలలో కేలరీలు కూడా ఎక్కువగా ఉంటాయి. కాబట్టి మీరు బరువు తగ్గాలనుకుంటే.. పాలను నివారించాలి.. లేదా చాలా తక్కువగా తీసుకోవాలి. లేదంటే పాలు ఎక్కువగా తాగడం వల్ల బరువు పెరుగుతారు. ఎరుపు రంగులో పగుళ్లు, దద్దుర్లు ఉన్నట్లైతే పాలు ఎక్కువగా తీసుకుంటున్నట్లు గుర్తు. ప్రిజర్వేటివ్స్ ఎక్కువగా యాడ్ చేస్తే.. ఈ లక్షణాలు ఇంకా తీవ్రమవుతాయి.

పాలు ఎక్కువగా తాగడం వల్ల ఐరన్ లోపం ఏర్పడుతుంది. పాలు ఐరన్ శోషణకు ఆటంకం కలిగిస్తాయి. మీకు రక్తహీనత సమస్య ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. అయితే, ప్రతిరోజూ 3 కప్పుల పాలు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కల్తీ లేని తాజా పాలను తాగటం మంచిదని చెబుతున్నారు.

అరటి పువ్వు చేసే అద్భుతం..?

అరటిపండు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందరికీ తెలిసిందే. అయితే, అరటి పువ్వు తింటే కలిగే లాభాలు మీకు తెలుసా.? ముఖ్యంగా మగవారిలో ఎదురయ్యే 7 ప్రధాన సమస్యలకు అరటి పువ్వు అద్భుత సంజీవనిగా పనిచేస్తుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. అరటి పువ్వులో ఫైబర్, ప్రొటీన్, విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, ఇ, ఫాస్పరస్, పొటాషియం, కాల్షియం, ఐరన్, మెగ్నీషియం యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉన్నాయి. ఈ కారణంగానే అరటి పువ్వు అనేక వ్యాధులతో పోరాడటానికి ఉపయోగపడుతుంది. అరటి పువ్వు ప్రయోజనాలు తెలియక విస్మరిస్తున్న వారంతా .. ఈ లాభాలు తెలిస్తే మాత్రం ఖచ్చితంగా అరటి పువ్వును వంటలో ఉపయోగిస్తారు.

అరటి పువ్వు మధుమేహులకు మంచిది. అరటి పువ్వుతో బ్లడ్ షుగర్ కంట్రోల్‌లో ఉంటుంది. ఇది నెమ్మదిగా శరీరంలోకి గ్లూకోజ్‌ని విడుదల చేస్తుంది. అదనంగా, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ కూడా మధుమేహాన్ని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. అరటి పువ్వు నెఫ్రో ప్రొటెక్టివ్ యాక్టివిటీని కలిగి ఉంది. అరటి పువ్వు అధిక రక్తపోటు సమస్యను దూరం చేస్తుంది. ఇది యాంటీ హైపర్‌టెన్సివ్ ఏజెంట్‌గా పనిచేస్తుంది. ఇది రక్తపోటును నియంత్రించగలదు. అరటి పువ్వులో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. మంచి మొత్తంలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, అనేక పోషకాలు ఉన్నాయి. ఇవన్నీ అనేక ఇతర వ్యాధులకు దివ్యౌషధంగా పనిచేస్తాయి. ఇది కిడ్నీ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. కిడ్నీలు దెబ్బతినకుండా కాపాడుతుంది. అరటి పువ్వులలో ఉండే పీచు మూత్రపిండాల్లో రాళ్లతో పోరాడుతుంది. అరటి పువ్వులో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి ప్రోస్టేట్ గ్రంధి పరిమాణాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.

అరటి పువ్వులో ఎముకలను బలోపేతం చేసే అంశాలు ఉంటాయి. ఇందులో ఉండే జింక్ ఎముకల నష్టాన్ని నివారిస్తుంది. ఇందులో క్వెర్సెటిన్, కాటెచిన్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి ఎముకల నష్టాన్ని నివారించడంలో సహాయపడతాయి. అరటి పువ్వులో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో రక్తం లోపాన్ని తీర్చడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తహీనతతో బాధపడే వారు అరటి పువ్వును క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే రక్తకొరత నివారిస్తుంది. అరటి పువ్వులో ఉండే, టానిన్లు, ఫ్లేవనాయిడ్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడటానికి, ఆక్సీకరణ నష్టాన్ని తొలగిస్తాయి.

దేహానికి సంపూర్ణ శక్తి అందాలంటే తినాల్సిన ఫుడ్ ఇదే

ప్రతిరోజు రకరకాల పోషక విలువలున్న ఆహారాలను తినడం ద్వారా మంచి ఆరోగ్యం పొందవచ్చు. సమతుల ఆహారంలో భాగంగా ఇప్పుడు చెప్పుకోబోయే ఆహారాలను చేర్చడం వలన ఆరోగ్యానికి మేలు కలుగుతుంది. అవేమిటో తెలుసుకుందాము.

ముదురు ఆకుపచ్చ ఆకు కూరలు ఫోలేట్, జింక్, కాల్షియం, ఐరన్, మెగ్నీషియం, విటమిన్ సి, ఫైబర్ వంటి పోషకాలకి మూలం.

బెర్రీలు తింటుంటే అందులోని విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్ల పోషక శక్తిగా ఉంటాయి.

గ్రీన్ టీ అనేది ఔషధ గుణాలను కలిగినది కావున అది మేలు చేస్తుంది.

కోడిగుడ్లులో ఒకింత కొలెస్ట్రాల్ అధికంగా వున్నప్పటికీ అవి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలలో ఒకటి.

బాదం, వేరుశెనగ, పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు, గుమ్మడికాయ గింజలులో ఫైబర్, ప్రోటీన్లు గుండె-ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి.

వెల్లుల్లిలో మాంగనీస్, విటమిన్ సి, విటమిన్ %ద%6, సెలీనియం, ఫైబర్ వుంటాయి కనుక దీన్ని తీసుకుంటుండాలి.

అల్లంలో బహుళ ఔషధ విలువలున్నాయి కనుక దీనిని కూడా ఆహారంలో తీసుకుంటుండాలి.

మా ఓటు ఫ్యాన్ గుర్తుకే

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): మా బ్రతుకుల్లో వెలుగులు నింపిన జగనన్నకు, జోగన్నలకే మా పూర్తి మద్దతు - రావికోణ పంచాయతీ గిరిజనంపార్వతీపురం మండలం, రావికోణ పంచాయతీ అర్ కే బట్టి వలస మరియు అడ్డారువలస గిరిజన గ్రామాలలో గడప గడపకు ఎన్నికల ప్రచారంను నేడు స్థానిక శాసనసభ్యులు అలజంగి జోగారావు సారధ్యంలో చేపట్టి గడప గడపకు వెళ్లి ప్రజలను కలుసుకుని ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి మన అందరి నాయకుడు వైయస్ జగన్మోహన్రెడ్డి ని గెలిపించేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలని, మళ్ళీ మన ప్రభుత్వం తెచ్చుకోవాల్సిన బాధ్యత మనందరిపై ఉన్నదని తెలుపుతూ వారి వద్ద నుంచి పెద్ద ఎత్తున ఆశీర్వాదం స్వీకరిస్తూ ముందుకు సాగారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల, మరియు స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, వైసిపి సీనియర్ నాయకులు, మండల పార్టీ పెద్దలు, కార్యకర్తలు, స్థానిక పెద్దలు, ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విశాఖ కాన్వెంట్ జంక్షన్ లో రోడ్డు ప్రమాదం, వ్యక్తి మృతి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ జిల్లా దక్షిణ నియోజకవర్గం కాన్వెంట్ జంక్షన్ లో సోమవారం ఉదయం రోడ్డు ప్రమాదంలో వ్యక్తి మృతి చెందాడు. పోలీసులు తెలిపిన వివరాలు ఈ విధంగా ఉన్నాయి. లారీ తలపై నుంచి వెళ్లిపోవడంతో తల నుజ్జు నుజ్జు అయ్యింది. మృతుడు జేబులో ఉన్న అధార్ కార్డు ఆధారంగా మృతుడు జి అనిల్ కుమార్ (38) డాక్ యార్డ్ పరిసర ప్రాంగణంలో ఉపాధి చేసుకొని స్వగ్రామం పెందుర్తికి వెళ్లే క్రమంలో కాన్వెంట్ జంక్షన్ లో రోడ్డు దాటుతుండగా లారీ ఢీ కొట్టిందని ప్రమాద స్థలంలోనే మృతి చెందాడని సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ దశరధి పేర్కొన్నారు. మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం కేజీహెచ్ హాస్పిటల్ కి తరలించి, ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టామని హార్బర్ సీఐ పేర్కొన్నారు.

ఎమ్మెల్యే జోగారావు సొంత ఊర్లో వైసీపీకి ఎదురు దెబ్బ

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): స్వయానా ఎమ్మెల్యే జోగారావు సొంత గ్రామం చిలకలపల్లి నుంచి టిడిపిలోకి భారీ చేరికలు చిలకలపల్లి నుంచి 150 కుటుంబాలు వైసీపీ నుంచి టిడిపిలో చేరిక దిగ్బంధం నుంచి గొలుసులు తెంచుకొని వైసీపీ నుంచి టిడిపిలో చేరామని తెలిపిన చిలకలపల్లి గ్రామస్తులు చిలకలపల్లి నుంచి మాజీ ఎంపీటీసీ రంగుముద్రి సంజీవరావు 150 కుటుంబాలు వైసీపీని వీడి టిడిపిలో చేరారు.రెల్లి జగన్నాథం, రంగు ముద్రి రాంబాబు, రెల్లి రామదాసు, రెల్లి ఉమామహేశ్వరరావు, నౌదాసరి శంకర్రావు, నౌదాసరి వెంకటరమణ, ఆదిమూలం శంకర్రావు, ఆదిమూలం అప్పలస్వామి, ఆదిమూలం వెంకటస్వామి, బొడ్డాన సాంబయ్య, అలజంగి మధు, డొంకాడ ప్రసాద్, అలజంగి చిట్టిబాబు, మునగపాక మునగపాక సింహాచలం, తప్పెట వెంకటరమణ, ఆమెత ప్రసాద్, వారణాసి కాశీ విశ్వనాథ్ తదితర 150 కుటుంబాలు టిడిపిలో చేరారు.

ఫ్యాన్ గుర్తు కే మా ఓటు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతీపురం పురపాలక సంఘం 20 ,21 వ వార్డులలో గడప గడపకు ఎన్నికల ప్రచారాన్ని చేపట్టిన ఎమ్మెల్యే శ్రీ అలజంగి జోగారావు గడప గడపకు వెళ్లి ప్రజలను కలుసుకుని వారికి మన జగనన్న ప్రభుత్వం చేసిన మేలును తెలియజేస్తూ ఈ ప్రజా ప్రభుత్వాన్ని కొనసాగించేందుకు మీరంతా కూడా ఫ్యాన్ గుర్తుపై మళ్ళీ ఓటు వేసి జగనన్నను, తనను ఆశీర్వదించాలని ఎంఎల్ఏ కోరుతూ వారి వద్ద నుంచి ఆశీర్వాదం తీసుకోవడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ ప్రజా ప్రతినిధులు, సీనియర్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, సచివాలయం కన్వీనర్లు, గృహ సారథులు, స్థానిక ప్రజలు తదితరులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా రాములవారి పెళ్లిరాట మహోత్సవం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): పట్టణంలోని మెయిన్ రోడ్ చిన్న బజార్ వద్ద లో కొలువైన శ్రీ సీతారామ ఆలయంలో సోమవారం శ్రీరామనవమి పెళ్లిరాట మహోత్సవం ఆలయ వద్ద ఘనంగా జరిగింది. ముందుగా ముత్తైదువులు పిళ్లిరాటకు ప్రత్యేక పూజలు చేశారు . ఈ నెల 17న సీతారామ కళ్యాణ మహోత్సవం ఘనంగా నిర్వహించేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేస్తున్నామని ఆలయ ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో. శాశ్వత గౌరవ అధ్యక్షులు మాజీ మున్సిపల్ చైర్మన్ కొణతాల జగన్నాధ రావు నాయుడు, అధ్యక్షులు. కె నారాయణ రావు మాస్టారు, కార్యదర్శి సిరసపల్లి సూరిబాబు, కోశాధికారి. దాసి రెడ్డి వెంకటేశ్వరరావు. ఉత్సవ కమిటీ అధ్యక్షులు. కామధేనువు ప్రసాదు, కార్యదర్శి. సిరసపల్లి రాజు, కోశాధికారి. విన్నకోట నీలేష్ గుప్తా. ఆలయ కన్వీనర్ పచ్చర్ల వెంకట అప్పారావు, ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రెల్లీలకు రాజకీయ ప్రాధాన్యత కల్పించాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ఏ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చినా రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా రెల్లి కులస్థులకు 2 ఎమ్మెల్సీ పదవులివ్వాలని డిమాండ్ చేస్తూ సోమవారం ఉదయం విశాఖ జిల్లా కలెక్టర్ ఆఫీసు వద్ద రెల్లి పొలిటికల్ జెఏసీ కన్వీనర్ చెన్నా తిరుమల రావు సారద్యం లో జరిగిన రెల్లి కుల ఆందోళన కార్యక్రమంలో చెన్నా తిరుమలరావు మాట్లాడుతూ స్వాతంత్ర్యం సిద్ధించి డబ్బై ఏడేళ్ల గడిచినా రెల్లీల బానిసత్వం నుంచి విముక్తి కలగడం లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. అన్ని రాజకీయ కీయ పార్టీలు రెల్లీలకు ఓటు బ్యాంకు గానే ఉపయోగించుకోవడం దురదృష్టకర మన్నారు. రాష్ట్ర రెల్లి సంఘం ప్రతినిధి ఎస్. మోహన్ కుమార్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో రెల్లి కులస్థులు 20 లక్షలు దాటి వున్నారని, ఎస్సీ అంటే మాల, మాదిగ ల పేర్లే చెప్పుంటే రెల్లీలు ఎస్సీ లు కారా అని ప్రశ్నించారు జిల్లా రెల్లి కుల ప్రతినిధి కస్తూరి వెంకటరావు మాట్లాడుతూ విద్యా, ఉద్యోగం, ఆర్థిక, రాజకీయ రంగాల్లో బాగా వెనుకబడిన అన్ని రాజకీయ పార్టీల జెండాలు మోయడానికే తప్పా కనీసం నామినేటెడ్ పదవికైనా నోచుకోలేని దళితుల్లో దళితులు రెల్లీలు అని పేర్కొన్నారు. ఆందోళన కార్యక్రమంలో మామిడి కనకారావు, జయరావు, ఉమా శంకర్, సిహెచ్ మహేష్ తదితరులు ఫ్ల కార్డ్స్ ప్రదర్శించారు. ఎన్నికల కోడ్ అమల్లో ఉన్నందుకు వల్ల మహారాణి పేట సిఐ పి. శ్రీనివాసరావు నిరసనకు అంగీకరించలేదు. ఆతర్వాత కలెక్టర్ డా. మల్లిఖార్జున పోలీసుల సమక్షంలో వినతి పత్రాన్ని అందజేశారు.

అంబేద్కర్ అడుగుజాడల్లో నడవాలి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అంబేద్కర్ మనకు ఇచ్చిన రాజ్యాంగం స్ఫూర్తితో బడుగు బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతికి కృషి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ రవి పట్టన్ శెట్టి పిలుపునిచ్చారు. బాబాసాహెబ్ డాక్టర్ బి. ఆర్. అంబేద్కర్ 133వ జయంతిని పురస్కరించుకొని ఆదివారం ఎస్.సి. సంక్షేమ శాఖ ఏర్పాటుచేసిన సభలో ఆయన మాట్లాడుతూ అంబేద్కర్ గూర్చి చెప్పాలంటే ఒక రోజు కూడా చాలదని ఆయన ఆశయాలు ఆదర్శాలు మన జీవనశైలిలో పాటించాలన్నారు. మన గ్రామం జిల్లా రాష్ట్రం దేశం అభివృద్ధికి కృషి చేయాలన్నారు. ప్రజల దృష్టికి వచ్చిన ఏ సమస్యనైనా జిల్లా యంత్రాంగానికి తెలియజేస్తే వెంటనే పరిష్కరిస్తామన్నారు. భారతదేశం ఉన్నంతకాలం అంబేద్కర్ పేరు చిరస్థాయిగా ఉంటుందన్నారు. ముందుగా జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ డిడి టి.అజయ్ బాబు, సోషల్ వెల్ఫేర్ హాస్టల్ వెల్ఫేర్ అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వచ్చే ఎన్నికల్లో ఇండియా కూటమి గెలిపించాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సంక్షోభంలో దేశం, ప్రమాదంలో రాజ్యాంగం నేపథ్యంలో భారత బచావో (దేశాన్ని రక్షించుకుందాం) ఏర్పడి దేశవ్యాప్తంగా పనిచేస్తున్నది. భారత్ బచావో జాతీయ ఉపాధ్యక్షుడు డాక్టర్ ఎం. ఎఫ్.గోపీనాథ్ విశాఖపట్నంకు పర్యటనకు వచ్చారు.

ఈమేరకు డాబా గార్డెన్స్ వీజేఎఫ్ ప్రెస్ క్లబ్ లో సోమవారం జరిగిన మీడియా ఆయన సమావేశంలో మాట్లాడారు. వరల్డ్ నాలెడ్జ్ డే గా ఏప్రిల్ 14 ను ఐక్య రాజ్య సమితి ప్రకటించింది. దేశ రక్షణకు 2022 నుంచి తమ సంస్థ పని చేస్తుంది అన్నారు. రాజ్యాంగ రక్షణ ద్వారానే దేశ రక్షణ సాధ్య మవుతుంది అన్నారు. మణిపూర్, రాజస్థాన్, కర్నాటక రాష్ట్రాల్లో అలజడి మొదలైంది అన్నారు. బిజెపి కూటమి ఓడించి, ఇండియా కూటమి నీ గెలిపించాలని కోరారు. మైనారిటీ ఫాసిజం నెపంతో అగ్ర వర్ణాల పెత్తనం పెరుగుతుంది అన్నారు. స్టీల్ ప్లాంట్ ప్రైవేటీకరణ చేస్తున్నారు అని మండి పడ్డారు. గత పదేళ్ళలో ఒక్క ప్రభుత్వ రంగ సంస్థ ఏర్పాటు జరగ లేదు దేశ సంపద గుజరాతీ మార్వాడీ చేతుల్లోకి పోతుంది అన్నారు.

సంస్థ వైస్ చైర్ పర్సన్ గూడూరు సీతా మహాలక్ష్మి, మాట్లాడుతూ, దేశాన్ని కార్పొరేట్ దోపిడీ, నుంచి మానవ హక్కుల రక్షణకు ఏడాది కాలంగా భారత్ బచావో సంస్థ కృషి చేస్తున్నారు. బిజెపి, ఆర్ ఎస్ ఎస్ సంకెళ్ళ నుంచి రక్షణ కోసం కృషి చేస్తాము అన్నారు.

మీడియా సమావేశంలో భారత్ బచావో జిల్లా అధ్యక్షుడు

ఎస్ .ఆర్. వేమన, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి డాక్టర్ పి.శ్రీనివాస్, జిల్లా కమిటీ సభ్యులు కన్యాకుమారి, ఎస్.సుధాకర్, వేణు పాల్గొన్నారు.

గెలిపిస్తే ఉత్తర నియోజక వర్గ ప్రజలను గుండెల్లో పెట్టుకుంటా... కెకె రాజు!

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ ఉత్తర నియోజక వర్గ ప్రజలు రానున్న ఎన్నికల్లో తనను గెలిపిస్తే వారిని తన గుండెల్లో పెట్టి కష్ట సుఖాల్లో కాపాడుకుంటానని ఉత్తర నియోజక వర్గ ఎమ్మెల్యే వైసిపి అభ్యర్థి కేకే రాజు భావోద్వేగంతో పేర్కొన్నారు. మురళీ నగర జె ఆర్ ఫ్యాంక్షన్ హాల్లో జరిగిన మురళీ నగర్ అండ్ మాధవధార గౌరీ సేవా సంఘం ఆత్మీయ సమావేశంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఆయన మాట్లాడుతూ కరోనా కష్ట కాలంలో బాధల్లో ఉన్న ఉత్తర నియోజకవర్గ ప్రజల వైపు కన్నెత్తి కూడా చూడని వారు ఇప్పుడు ఓట్ల కోసం వస్తున్నారని, అలాంటి వారిని నిర్ద్వందంగా తిరస్కరించి ఉత్తర నియోజక వర్గ ప్రజల కష్ట సుఖాల్లో నిత్యం ప్రజల వెంట ఉంటున్న వారిని బలపర చాలన్నారు. గత ఎన్నికల్లో స్వల్ప తేడాతో ప్రత్యర్థి చేతిలో ఓడినా, వెంటనే ఓటమి బాధ నుంచి కోలుకుని మళ్లీ ఉత్తర నియోజక వర్గ ప్రజల్లో ఉంటూ ప్రజా సమస్యలు తీర్చడానికి అలుపెరుగని పోరాటం చేశానన్నారు. నియోజక వర్గంలో రహదారులను అత్యంత సుందరంగా తీర్చి దిద్దానన్నారు. ఇల్లు లేని నిరుపేదలకు ఇల్లు ఇప్పించేందుకు తీవ్రంగా కృషి చేశానన్నారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి గారి ఆశీస్సులతో ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలన్నింటినీ ఉత్తరం లోని ప్రతి గడపకు చేర్చిన నన్ను ఈ సారి గెలిపిస్తే ఉత్తరం నియోజక వర్గ ప్రజల కష్ట సుఖాల్లో నిత్యం వారిలో ఒకరిగా అందుబాటులో ఉంటానన్నారు. రానున్న ఎన్నికలలో ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటు వేసి వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ గెలిపించి వైస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డిని మరొకసారి ముఖ్యమంత్రి చేయాలని అభ్యర్థించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కార్పొరేటర్ వావిలపల్లి ప్రసాద్, మల్ల రమణ, పలమరశెట్టి చిన్న, కె ప్రతాప్, ఝాన్సీ రాణి, పి సుభాషిణి, యశోద సుధా, పి నిర్మల, మరియు సీనియర్ నాయకులు రేవతి రావు, ఆళ్ళ శివ గణేష్, బొడ్డేటి కిరణ్, పి.శ్యామ్, కె. సూర్యప్రకాష్, సదరం జ్ఞానేష్, ఎం. లక్ష్మి,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

82వ వార్డులో భరత్ కు అపూర్వ స్వాగతం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): జీవీఎంసీ 82 వ వార్డులో కార్పొరేటర్ మందపాటి సునీత జానకిరామరాజు ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం శ్రీరామ్ నగర్ కాలనీలోలో వైసిపి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహించారు. శ్రీరామ్ నగర్ కాలనీలో ప్రజలు భరత్ కుమార్ కు పూల వర్షంతో అఖండ స్వాగతం పలికి అడుగడుగునా మహిళలు హారతులు ఇచ్చారు. భరత్ డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ విగ్రహంకి పూలమాలవేసి నివాళు లర్పించారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ. ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి పై ప్రతిపక్ష పార్టీలు రాళ్లతో దాడి చేయడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా ఖండించారు, జగన్మోహన్ రెడ్డికి వస్తున్న ప్రజాధరణ చూసి ఓర్వలేక ఇటువంటి నీచ రాజకీయాలు చేస్తున్నారు అన్నారు. జగన్ ఐదు సంవత్సరాలలో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంను మరింత అభివృద్ధి చేశారన్నారు. మే 13 న జరగబోయే ఎన్నికల్లో ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే, ఓటును ఫ్యాను గుర్తుపై వేసి గెలిపించాలని ఆయన ప్రజలను కోరారు. ఎంపీగా ఉపముఖ్యమంత్రి బూడి ముత్యాల నాయుడు, ఎమ్మెల్యేగా తను పోటీ చేస్తున్నానని ప్రజలందరూ సహకరించాలని అని కోరారు. ఎమ్మెల్యేగా తనకు ఒక అవకాశం ఇస్తే అనకాపల్లి నియోజవర్గాన్ని అన్ని రంగాలలో అభివృద్ధి చేస్తానని ఆయన చెప్పారు ఈ కార్యక్రమంలో. వైసీపీ నాయకులు. మందపాటి జానకి రామరాజు,జాజుల రమేష్.పలకా రవి,మునూరు శ్రీనివాసరావు, నల్ల మర్రి కొండలరావు, ఈశ్వరరావు, శ్యామ్, మంగరాజు, కొండలరావు, కడలి శివప్రసాద్, ఎవి రత్నకుమారి, సూరిశెట్టి రవుల అప్పారావు, అల్లు తిరునాదు, ఉగ్గిన శ్రీనివాసరావు, దాడి బోగలింగం, నరిశెట్టి మధు,అడారి స్వామి, నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అలరించిన హాస్యంతో అల్లరి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): స్థానిక వైఎంవిఏ శ్రీధరాల వెంకటరమణ మెమోరియల్ హాల్లో ఆదివారం రాత్రి అనకాపల్లి లాఫింగ్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన హాస్యంతో అల్లరి కార్యక్రమం ఆద్యంతం అలరించింది. కార్యక్రమంలో భాగంగా జుగల్వాది కళాకారులు పి విజయబాబు మాస్టరు ఈల పాటతో పాటు ఆయన చెప్పిన జోక్స్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్నాయి. ఏఏఏ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ (విశాఖపట్నం) వారి ఆధ్వర్యములో పి.ప్రవీణ్ కుమార్, సిహెచ్. నాగార్జున, ప్రావీణ్య, హిమ,ఏ నాగరాజు చే "హాస్యంతో అల్లరి " కామెడీ షో ప్రేక్షకులను కడుపులో నవ్వించింది. క్లబ్ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు దాడి వాసు బొడ్డేడ మురళి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమం లోముఖ్య ప్రోత్సాహకులు స్థానిక సుంకరమెట్ట శ్రీ సత్యనారాయణ స్వామి వారి దేవస్థానం మాజీ చైర్మన్ ధనాల విష్ణు చౌదరికి ముఖ్య అతిథులు కొణతాల వెంకటరావు, కొణతాల పూర్ణచంద్రరావు,, కాండ్రేగుల సూరి సత్యనారాయణ, కాండ్రేగుల సత్యనారాయణ చేతుల మీదగా ఆత్మీయ చిరు సత్కారం చేశారు.. నూకాంబికా దేవస్థానం పూర్వపు చైర్మన్ కొణతాల వెంకటరావు, కాండ్రేగుల సత్యనారాయణ (ఎస్ఎఫ్ఐ) లను లాఫింగ్ క్లబ్ కమిటీ సభ్యులు సత్కరించారు .ఈ కార్యక్రమంలో క్లబ్బు వ్యవస్థాపకుడు వినకోట బుచ్చిరాజు కోశాధికారి రాపేటి నారాయణరావు కార్యవర్గ సభ్యులు ఆళ్ళ సూరిబాబు బొడ్డేడ రాజేష్ బుద్ధ శ్రీనివాసరావు,ధావన్ పేకేటి శ్రీనివాసరావు బీరా వినోద్ కుమార్, పెతక%శీ%శెట్టి రమణబాబు, కర్రీ సత్యనారాయణ,బిశెట్టి తిరుమల,పీలా హరి, పెంటకోట చంద్రరావు పాల్గొన్నారు.

కళింగ సంక్షేమ సంఘాలు ఆధ్వర్యంలో ఆత్మీయ సమావేశం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): సోమవారం విశాఖపట్నం 87వ వార్డు గాజువాక నియోజకవర్గం వడ్లపూడి కళింగ వీధి లోఆర్ హెచ్ కాలనీ ఏరియా సంక్షేమ సంఘాలు మరియు గాజువాక ప్రాంత కళింగ సంక్షేమ సంఘాలు ఆధ్వర్యంలో ఆత్మీయ సమావేశం జరిగింది.ఈ సందర్భంగా సంఘ నాయకులు విశాఖ ఎంపీ అభ్యర్థి డా. బొత్స ఝాన్సీ లక్ష్మికి, రాష్ట్ర మంత్రి, గాజువాక నియోజకవర్గం వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి గుడివాడ అమర్నాథ్‌కి పోటీచేస్తునందుకు వివిధ సంఘల నాయకులు శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తు తమ మద్దతును తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యాశాఖ మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ గారు,ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లా డిప్యూటీ రీజనల్ కో-ఆర్డినేటర్ తిప్పల నాగిరెడ్డి, వీఎంఆర్‌డిఎ చైర్మన్ సనపల చంద్రమౌళి, మాజీ ఎమ్మెల్యే చింతలపూడి వెంకటరామయ్య, గాజువాక నియోజకవర్గం పరిశీలకులు తిప్పల దేవం రెడ్డి, ఖారవేల ఎడ్యుకేషనల్,కల్చరల్ అండ్ సోషల్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు పేడాడ. నరసింగరావు, గౌరవనీయ ప్రెసిడెంట్ మొదలవలన వెంకట రమణ, ప్రధాన కార్యదర్శి పొందూరు సూర్యనారాయణ, మొల్లి చిన్నా, కళింగ కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ పైడి శ్రీనివాసరావు, సనపల భరత్ గారు,మంత్రి రాజశేఖర్, ప్రగడ వేణు బాబు గారు,ముద్దపు దామోదర్ రావు, గాజువాక మండల అధ్యక్షులు 87వ వార్డు అధ్యక్షులు బొడ్డ గోవిందా, మార్పు శేషు గారు,అప్పా రావు మాస్టర్, ప్రగడ శ్రీనివాస రావు, ప్రగడ శంకర్ రావు, బొడ్డ సన్యాసిరావు, శ్రీనివాసరావు, నారాయణ, పూడి వెంకట్, కమిటీ సభ్యులు, రామారావు, సంఘం నాయకులు,కమిటీ సభ్యులు,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నియోజకవర్గం లో జోరుగా తెలుగు దేశం - జనసేన, బిజెపి పార్టీలప్రచారహోరు

పార్వతీపురం, (విశాఖ సమాచారమ్): పార్వతీపురం పట్టణం 12,13వ వార్డులో లిబాబు ష్యూరిటి భవిష్యత్‌లి లిగ్యారెంటీలి అనిల్, రామారావు ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన తెలుగుదేశం పార్టీ పార్వతీపురం నియోజకవర్గ ఉమ్మడి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి బోనెల విజయ్ చంద్ర రాక ఘన స్వాగతం పలికిన టీడీపీ - జనసేన, బిజెపి పార్టీల శ్రేణులు,ప్రజానీకం.

ఇంటింటికీ తిరుగుతూ ప్రజా సమస్యలు అడిగి తెలుసుకుంటూ,చంద్రబాబు సూపర్ సిక్స్ మేనిఫెస్టో అంశాలను ప్రజానీకానికి వివరిస్తున్న, విజయ చంద్ర ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి, జనసేన బిజెపి నాయకులు , మహిళలు యువత టీడీపీ ,జనసేన ,బిజెపి అనుబంధ విభాగాల నేతలు, కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు .ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి,జనసేన, బిజెపి కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ఏఎంసి చైర్పర్సన్ రాజులమ్మ మనవుడు నామకరణ మహోత్సవం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): అల్లూరి జిల్లా కొయ్యూరు మండలం. నల్లగొండ ఏఎంసి చైర్పర్సన్ రాజులమ్మ మనవుడు నామకరణ మహోత్సవానికి. అల్లూరి జిల్లా పాడేరు నియోజకవర్గం పరిశీలకులు వెంకటలక్ష్మి పీల పాడేరు ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి విశ్వేశ్వర రజు హాజరయ్యారు.

అనంతరం. 19వ తేదీన జరుగుచున్న నామినేషన్ కార్యక్రమానికి అక్కడికి హాజరైన సీనియర్ నాయకులు అందరితో ముచ్చటించి కార్యక్రమాన్ని జయప్రదం చేయవలసిందిగా కోరడం జరిగింది.

ఈ కార్యక్రమంలో కొయ్యూరు మండలం చెందిన సీనియర్ నాయకులు తదితరులు హాజరయ్యారు.

కొణతాలకు అడుగడుగునా నీరాజనాలు పలికిన మహిళలు

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి జిల్లా అనకాపల్లి మండలం ఎల్లారమ్మ కాలనీలో జరిగిన మహిళా గర్జన బహిరంగ సభ అట్టహాసంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం జనసేన బిజెపి కూటమి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ కు మహిళలు అడుగడుగునా హారతులు ఇస్తూ ఘన స్వాగతం పలికారు. ఈ కార్యక్రమానికి రామకృష్ణతో పాటుగా సీఎం రమేష్ సతీమణి , తనయుడు రుత్విక్ , మాజీ ఎమ్మెల్యే పీలా గోవింద సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో ముందుగా చిన్నారులుతో నిర్వహించిన పలు సాంస్కృత కార్యక్రమాలు ఆహుతులను ఎంతగానో ఆకట్టుకున్నాయి. సీఎం రమేష్ సతీమణి మాట్లాడుతూ మీ ప్రాంతంలో ఉన్న మహిళలందరూ ఎండలలో కూలి పనులకు వెళ్లకుండా కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన వెంటనే మీ ప్రాంతంలో మహిళలకు సంబంధించిన కుటీర పరిశ్రమలు ఏర్పాటు చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. రుత్విక్ మాట్లాడుతూ అనకాపల్లి లో నిరుద్యోగం యువత చాలా ఎక్కువగా ఉన్నదని రేపు జరగబోయే ఎన్నికలలో వైసిపి జగన్మోహన్ రెడ్డి బటన్ నొక్కుడు అవకాశాన్ని మీకు ఇచ్చాడని మీరు ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి గాజు గ్లాస్ గుర్తుపై అలాగే ఎంపీ అభ్యర్థి కమలం పువ్వు గుర్తుపై బట్టన్ నొక్కి ఈ కూటమి ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పరిస్తే నిరుద్యోగ యువతులందరికీ మంచి ఉపాధి అవకాశాలు దొరుకుతాయని కేంద్రం నుంచి పరిశ్రమలు తీసుకువచ్చే సత్తా ఉన్న నాయకుడు మీ సీఎం రమేష్ అని అన్నారు. ఉమ్మడి అభ్యర్థి కొణతాల రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ ఇంత పెద్ద ఎత్తున పలికిన అపూర్వ స్వాగతానికి మీకందరికీ రుణపడి ఉంటానని ఈ మహిళా సమూహాన్ని చూస్తుంటే మనం కచ్చితంగా విజయం సాధిస్తామని అన్నారు. అలాగే జగన్మోహన్ రెడ్డి 2019 ఎన్నికల ముందు ఆడపడుచులకు ఇచ్చిన ఏ ఒక్క హామీ పూర్తిగా నెరవేర్చలేదని మీకు ఎంతమంది పిల్లలు ఉంటే అంతమందికి ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ ఇస్తానని చెప్పి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఒక్కరికి మాత్రమే ఇచ్చాడని అది కూడా పూర్తిగా నెరవేర్చలేదని అలాగే సంపూర్ణ మద్యపానం నిషేధం అన్న జగన్ బినామీ పేర్లతో సొంత కంపెనీలు రన్ చేస్తూ మద్యంపై వేల కోట్లు సంపాదిస్తున్నాడని మద్యం పాన నిషేధం చేశాకే ఓటు అడుగుతానని అన్న జగన్ కి ఓటు అడిగే నైతిక హక్కు లేదని అన్నారు. రేపు కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన వెంటనే 50 సంవత్సరాలు దాటిన ప్రతి ఒక్కరికి నాలుగు వేల రూపాయలు చొప్పున వృద్ధాప్య పెన్షన్ ఇస్తామని మహిళలకు సంవత్సరానికి మూడు గ్యాస్ సిలిండర్లు ఉచితంగా ఇస్తామని అలాగే మహిళల కు బస్సులలో ప్రయాణం ఉచితంగా అందించడానికి చంద్ర బాబు నాయుడు ఆలోచన చేశారని తెలియజేశారు. అయ్యా ప్రభుత్వం ఏర్పడిన వెంటనే కచ్చితంగా మీ ప్రాంత సమస్యలు అలాగే మహిళలకు కావలసిన కుటీర పరిశ్రమ మీ ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేసేందుకు ముందుకు వెళ్తామని అన్నారు. కనుక ఎంపీ అభ్యర్థిగా కమలం పువ్వు గుర్తుపై ఓటు వేయాలని అలాగే ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా గాజు గ్లాసు పై ఓటు వేసి రాష్ట్రంలో చంద్రబాబుని ముఖ్యమంత్రి చేయాలని కేంద్రంలో నరేంద్ర మోడీ ప్రధానమంత్రి చేస్తేనే మన ప్రాంతం మన రాష్ట్రం అభివృద్ధి చేసుకోగలమని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పెద్ద ఎత్తున తెలుగుదేశం బిజెపి జనసేన వీర మహిళలు , నాయకులు , కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీ అసెంబ్లీ అభ్యర్థిగా ఆదివాసి ముద్దుబిడ్డ పాచిపెంట శాంతి కుమారి

అరకులోయ, (విశాఖ సమాచారమ్): మీ ఆదివాసి అభిమాన నాయకురాలైన నేను కాంగ్రెస్ పార్టీ బలోపేతం కొరకు కాంగ్రెస్ పార్టీ ఢిల్లీ నుంచి పెద్దలు,రాష్ట్రం నుండి ఉన్న కాంగ్రెస్ పార్టీ పెద్దలు,ఇచ్చిన కార్యక్రమములు సూచనలను తూచా తప్పకుండా పాటిస్తూ కాంగ్రెస్ పార్టీ పూర్వ వైభవానికి నిరంతరం కృషి చేస్తాను. కాంగ్రెస్ పార్టీ ద్వారా నిరంతరము రాత్రి అనక పగలనక ఎండనక వాననక,ఆదివాసి మహిళగా ఆదివాసుల హక్కులు చట్టాల కోసం గల్లీ నుండి ఢిల్లీ వరకు నా వంతు సంపూర్ణముగా కృషి చేసి ఉన్నాను. సామాన్య కార్యకర్త నుండి అనేక సమస్యలు పోరాటానికి కృషి చేస్తూ ఉన్నాను. అదేవిధంగా నా వెనుకల

కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు ఆదివాసీ యువత మేధావులు ప్రజా సంఘాలు ఎంతోమంది మేధావులు నన్ను సంపూర్ణ మద్దతు ఇస్తూ నా పోరాటానికి సహాయ సహకారాలు అందించారు.వారికి నా ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు నేను తేదీ 22-04-2024న ఉదయం.11.25ని. లకు అరకు వేలి నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ అసెంబ్లీ అభ్యర్థిగా నామినేషన్ వేస్తున్నాను.అరకు వేలి నియోజకవర్గం ప్రజలందరి సహకారంతో తేదీ 13-05-2024న పోలింగ్ రోజు హస్తం గుర్తుపై ఓటు వేసి భారీ మెజారిటీతో గెలిపించి, నన్ను అసెంబ్లీలో ఎమ్మెల్యేగా అందరు గెలిపించండి.ఆదివాసుల సమస్య కోసం కొట్లాడుతాను. పోట్లాడుతాను. సమస్య పరిష్కారం కోసం అందరికీ వెన్నుదన్నుగా ఉంటాను.కనుక కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు పెద్ద ఎత్తున తరలివచ్చి ఈ కార్యక్రమం జయప్రదం చేయవలసిందిగా మనవి చేస్తున్నానని ఆదివాసి ముద్దుబిడ్డ పాచిపెంట శాంతి కుమారి తెలియజేశారు.

ఇంటర్ ఫస్ట్ ఇయర్లో రాష్ట్రంలో మూడవ ర్యాంక్ సాధించిన సంప్రీత్

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి గవరపాలెం కు చెందిన కాండ్రేగుల సంప్రీత్ ఇంటర్మీడియట్ ఫస్టియర్ ఎంపీసీ గ్రూపులో రాష్ట్రంలో మూడో ర్యాంక్ సాధించారు. గాజువాక శ్రీ చైతన్య కళాశాలలో చదువుతున్న సంప్రీత్ 470 మార్కులకు గాను 465 మార్కులు సాధించి రాష్ట్రంలోనే మూడవ ర్యాంకు సాధించారని కళాశాల వర్గాలు తెలిపాయి. ఈ సందర్భంగా కళాశాల అధ్యాపకులు సంప్రీత్ తల్లిదండ్రులు కాండ్రేగుల సోమాజ , అను దంపతులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

అనకాపల్లి పార్లమెంట్ అభ్యర్థి ఎన్నికల కార్యాలయాన్ని ప్రారంభించిన సుబ్బారెడ్డి

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి పట్టణం ఆర్టీసీ కాంప్లెక్స్ ఎదురుగా ఉన్న వివేకానంద చారిటబుల్ ట్రస్ట్ భవనంలో అనకాపల్లి వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ పార్లమెంట్ అభ్యర్థి బూడి ముత్యాలనాయుడు పార్లమెంట్ రీ నియోజకవర్గ ఎన్నికల ప్రచార ప్రధాన కార్యాలయాన్ని వైసిపి ఉత్తరాంధ్ర సమన్వయకర్త వైవి సుబ్బారెడ్డి ప్రారంభించారు. కార్యక్రమానికి వచ్చిన సుబ్బారెడ్డికి వేదపండితులు పూర్ణకుంభంతో స్వాగతం తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా సుబ్బారెడ్డి విలేకరులతో మాట్లాడుతూ ఈ ఎన్నికల్లో వైసిపి విజయకేతనం ఎగురువేయడం ఖాయమని అన్నారు. అనకాపల్లి జిల్లాలో పార్లమెంటు సీటుతో పాటు అన్ని ఎమ్మెల్యే సీట్లు అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించేందుకు నాయకులు కార్యకర్తలు సైనికులలా పనిచేయాలన్నారు. పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ బి వి సత్యవతి మాట్లాడుతూ పెత్తందారులతో పోటీపడే ఈ ఎన్నికల్లో రైతుబిడ్డ నిజాయితీపరుడు బూడి ముత్యాల నాయుడుకు ప్రజలు మద్దతు తెలపాలన్నారు. సామాన్య రైతు కుటుంబంలో పుట్టి సర్పంచిగా అంచలంచెలుగా రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి స్థాయికి ఎదిగిన ముత్యాల నాయుడు ఎన్నికల్లో అత్యధిక మెజార్టీతో గెలుస్తారని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు బొడ్డేడ ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ అసెంబ్లీ అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్ , ఎంపీ అభ్యర్థి ముత్యాల నాయుడులను అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించి ఈ ప్రాంత అభివృద్ధికి ప్రజలు మద్దతు పలకాలన్నారు. కార్యక్రమంలో అసెంబ్లీ అభ్యర్థి మలసాల భరత్ కుమార్, కార్పొరేటర్లు సర్పంచులు ఎంపీటీసీలు పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చోడవరంలో మేమంతా సిద్ధం

చోడవరం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్రంలో అధికారాన్ని తేదికించుకోవాలని ఒక అభద్రత భావంతో రౌడీ మూకలను తయారు చేసి సీఎం జగన్మోహన్ రెడ్డి మీద హత్యా యత్నానికి పాల్పడ్డారని, నియోజకవర్గాల్లోని 4 మండలాల్లో ప్రతి ఇంటికి కార్యకర్తలు వెళ్ళి సంక్షేమ పథకాలను, చేసిన మంచిని వివరించాలని కార్యకర్తలకు సూచన చేశారు. స్థానిక నాయకత్వాన్ని బలపరిచి నాయకులు కార్యకర్తలు విజయం దిశగా కృషి చేయాలని ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల సమన్వయకర్త ఎంపీ వైవీ సుబ్బారెడ్డి చోడవరం వైసిపి పార్టీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన నియోజకవర్గ ముఖ్య కార్యకర్తల సమావేశంలో ఆయన తెలిపారు.

డిప్యూటీ సీఎం బూడి ముత్యాలనాయుడు

పార్టీ కార్యకర్తలు రానున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో పార్టీ గెలుపు కోసం నిరంతర కృషి

చేయాలి మనకు కావాల్సిన సలహాలు సూచనలు అన్నదండలు ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల సమన్వయకర్త వైవి సుబ్బారెడ్డి సూచనలతో ముందుకు సాగాలని, ఏ గడపకు వెళ్ళిన అక్క చెల్లెమ్మ అవ్వ తాతలు పొందుకున్న సంక్షేమాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆదరిస్తున్నారని,

ఫోర్జరీ సంతకాలతో అడ్డదారిలో సంపాదించడని, 100 కోట్లు పెట్టుబడితో వేల కోట్లు సంపాదించాలనే ఆలోచనతో ఎంపీ అభ్యర్థి సీఎం రమేష్ ఉన్నాడని, ఇన్నాళ్లు ఎంపీగా ఉండి కూడా ఏనాడు ప్రత్యేక హెూదా గురించి మాట్లాడిన వ్యక్తి నేడు అనకాపల్లి అభివృద్ధి గురించి మాట్లాడం విడ్డూరమని, అభివృద్ధి అంటే ఢిల్లీ గల్లీలో తిరగడం కాదని జిల్లాలోని సమస్యలు వెతికి పరిష్కరించాలని, అలాంటి ఆలోచన సియం రమేశ్ కు లేదని అన్నారు.

సీఎం రమేష్ కు టిడిపి భావజలమే తప్ప బిజెపి భావజాలం ఏ కోశానా లేదని, గ్రామాల్లో ఉన్నటువంటి చిన్నపాటి సమస్య దగ్గర నుండి అనకాపల్లి జిల్లా వ్యాప్తంగా పూర్తి అవగాహన కలిగిన నాయకుడు మాత్రమే ఓటేసి గెలిపించుకోవాలని కోరారు.

ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న విధంగానే భవిష్యత్తులో కూడా ప్రజానీకానికి అందుబాటులో ఉంటానని తెలిపారు.

ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ

చోడవరంలో వైసీపీ నాయకులు పార్టీని నమ్ముకున్నావారని, ప్రతిపక్షాల వాళ్ళకి కళ్ళు తెరిచే విధంగా మనందరం కూడా ఒక్కొక్కరు ఒక్కో సైనికుడిగా మారి జరగనున్న సార్వత్రిక ఎన్నికలలో వైసీపీ విజయం సాధించవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని వైసీపీ ముఖ్య నాయకులకు స్థానిక ఎమ్మెల్యే పిలుపునిచ్చారు. అదే విధంగా ఈరోజు ప్రతి పేదవాడు హాయిగా ఐదు వేళ్ళు నోట్లో వెల్తున్నాయి అంటే ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి చొరవ వల్ల ప్రతి ఇంటికి సంక్షేమ పథకాల ద్వారా 3 లక్షల నుండి 5 లక్షలు లబ్ధిపొందారని, తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి కూడా ఒక బృందాన్ని పంపించి రాష్ట్రంలో అమలు చేస్తున్న విధి విధానాలను తెలుసుకుని వారి రాష్ట్రంలో అమలు చేయాలనుకోవడం గమనార్హం అని, సియం జగన్ పై జరిగిన దాడిని ఖండించారు.

వైసిపి పార్టీ అధ్యక్షులు బొడ్డేడ ప్రసాద్

టీడీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో హామీలు నెరవేర్చకుండా అన్ని చెప్పి మోసం చేసి మరి మళ్ళీ 2019 విడిపోయి మళ్ళీ 2002లో కలిసి ఇదే మళ్లీ కోటమ్మ ఏర్పడి జగన్మోహన్ రెడ్డి గారిని ఓడించడానికి కొట్బాలు కుతంత్రాలు పడుతున్నారు అందరికీ ఉంది ఈ సంక్షేమ కార్యక్రమాలు కొనసాగాలన్న రైతు భరోసాలు కొనసాగాలన్న సచివాలయం ప్రజలకు సేవలు అందించాలని అవినీతి లేకుండా రాజకీయాలకతీతంగా పార్టీలకు ప్రతి పేదవారికి మేలు జరగాలన్న మళ్లీ జగన్మోహన్ రెడ్డి గారి ముఖ్యమంత్రి గారు మీ మీ గ్రామాల్లో డోర్ టు డోర్ క్యాంపెయిన్ చేయడం ద్వారా జరిగింది

వాళ్ళు బ్రతికి ఎవరు చేయి చాపకుండా సీఎం రమేష్‌ను ఇంటికి పంపించడానికి రెడీగా ఉన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే నాగిరెడ్డి, నాలుగు మండలాల జడ్పిటిసిలు ఎంపీపీలు పార్టీ అధ్యక్షులు వార్డు సభ్యులు ముఖ్య కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

దాడి జరిగింది సీఎం జగన్ మీద... మీకెందుకంత తాపత్రయం?: సజ్జల

సీఎం జగన్ పై రాయి దాడి ఘటన పట్ల విపక్షాలు చేస్తున్న వ్యాఖ్యలను తిప్పికొట్టేందుకు ప్రభుత్వ సలహాదారు సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి ప్రయత్నించారు. సీఎం జగన్ కు ప్రజల్లో వస్తున్న ఆదరణ చూసిన తర్వాత, తమకు పుట్టగతులు ఉండవని ప్రతిపక్షాలకు అర్థమైందని అన్నారు. అందుకే సీఎం జగన్ పై రాయి దాడి ఘటనను డ్రామా అంటున్నాయని విమర్శించారు. ముఖ్యమంత్రి జగన్ పై దాడి జరిగితే, విపక్షాలన్నీ ఒకే తీరున మాట్లాడుతున్నాయని మండిపడ్డారు.

"దాడి జరిగింది మీ మీద కాదు. చంద్రబాబు మీదో, పవన్ కల్యాణ్ మీదో... ఇతర విపక్ష నేతల మీదో కాదు. వైసీపీ అధ్యక్షుడు, ముఖ్యమంత్రి జగన్ పై దాడి జరిగింది. ఈ ఘటనలో మాజీ మంత్రి, శాసనసభ్యుడు వెల్లంపల్లికి కూడా గాయమైంది.

ఈ ఘటనలో మేం బాధితులం. దీని గురించి మొదట మాట్లాడే హక్కు మాకు ఉంటుంది. దర్యాప్తు చేయాల్సిన బాధ్యత పోలీసులపై ఉంటుంది. మరి విపక్షాలకు ఎందుకంత తాపత్రయమో అర్థం కావడంలేదు. ఇందులో ఏం వైఫల్యం ఉందో చెప్పడానికి మీరెవరు? నింద మీ మీదకు వస్తుందని తెలుగుదేశం పార్టీకి భయం.

రాయి విసిరిన దానిపై ఆధారాలు ఉన్నాయి కాబట్టే సహజంగానే అనుమానం టీడీపీకి పైకి మళ్లుతుంది... అదే మేం వ్యక్తీకరించాం. మేం దాడి చేయలేదు అని వివరణ ఇచ్చుకోండి... అంతే తప్ప ఇదంతా డ్రామా అనడం, సీబీఐ విచారించాలి అనడం చూస్తుంటే టీడీపీ భయపడుతున్నట్టు అర్థమవుతోంది" అని సజ్జల వ్యాఖ్యానించారు.

అగ్నిమాపక వారోత్సవాలలో భాగంగా మాక్ డ్రిల్

యలమంచిలి, (విశాఖ సమాచారమ్): అగ్నిమాపక వారోత్సవాలలో భాగంగా రెండవ రోజైన సోమవారం పాత జాతీయ రహదారి,ఆర్టీసీ కాంప్లెక్స్ ఆవరణలో సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ డి.రాంబాబు ఆధ్వర్యంలో మాక్ డ్రిల్ నిర్వహించారు.అనంతరం అగ్నిప్రమాదం సంభవించినప్పుడు సమయస్ఫూర్తితో ఎలా ఎదుర్కోవాలనేది నమూనా రూపంలో ప్రదర్శించి ప్రజలకు వివరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ అగ్ని ప్రమాదాలపై ప్రతి పౌరుడూ అవగాహన కలిగి ఉండాలన్నారు. కార్యక్రమంలో అగ్నిమాపక సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.తదుపరి కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రజలకు కరపత్రాలు పంపిణీ చేశారు.

ఉమ్మడి అభ్యర్థుల గెలుపు కోసంఆర్యవైశ్యులు ప్రచారం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): రానున్న ఎన్నికలలో అనకాపల్లి నుంచి జనసేన టిడిపి బిజెపి ఉమ్మడి అభ్యర్థిగా అసెంబ్లీకి పోటీ చేయుచున్న కొణతాల రామకృష్ణ, పార్లమెంటు అభ్యర్థిగా పోటీ చేయుచున్న సీఎం.రమేష్ లను గెలిపించాలని అనకాపల్లి చిన్న వీధిలో ఆర్యవైశ్యులు ఇంటింటి ప్రచారం ప్రారంభించారు. రాష్ట్రం అభివృద్ధి చెందాలంటే జనసేన టీడీపీ బీజేపీ ఉమ్మడి అభ్యర్థులు గెలవాలని అప్పుడే రాష్ట్రం దేశం బాగుపడతాయని ప్రతి ఒక్కరూ ఉమ్మడి అభ్యర్థులకు ఓటు వేసి గెలిపించాలని ప్రతి ఇంటికి వెళ్లి వీరు కోరారు. ఆర్యవైశ్యులతో పాటుగా బిజెపి అభ్యర్థి సీఎం.రమేష్ సతీమణి కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.ఈ కార్యక్రమం చిన్న వీధి, స్టేషన్ రోడ్డు, చినరాజుపేట, కొండ మాస్టారు గారి స్కూలు వీధి, పప్పుల వీధి, పెరుగు బజార్ జంక్షన్, జంపా వారి వీధి మొదలగు వీధులలో ప్రతి ఇంటికి వెళ్లి ప్రచారం చేశారు.తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర వాణిజ్య విభాగం అధికార ప్రతినిధి సూరే సతీష్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు నీలబాబు, కటకం లక్ష్మణరావు, కడ్మిశెట్టి నరసింగరావు (సింగ్), వెలగా కాశీపతి, పూసర్ల రాజా, విన్నకోట బుచ్చిరాజు, తాటికొండ శ్రీకాంత్, గుండా సాయి గోపాల్, కుసుమంచి పాపారావు, బత్తుల సతీష్, బొగ్గారపు సర్వారావు, తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు, జనసేన పార్టీ నాయకులు, బిజెపి నాయకులు, కార్యకర్తలు మరియు స్థానికులు పాల్గొన్నారు.

గ్రూప్ 2 విజయమే లక్ష్యంగా ప్రత్యేక శ్రద్ధ

పాడేరు, (విశాఖ సమాచారమ్): విజయమే లక్ష్యంగా గ్రూప్ 2 మెయిన్స్ పై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని ఐటిడి ఏ పిఓ వి. అభిషేక్ హితవు పలికారు. గ్రూప్ 2 లో ప్రిలిమ్స్ లో విజయ సాధించి మెయిన్స్ కు అర్హత సాధించిన అభ్యర్థులను ఆయన అభినందించారు. వేపగుంట వైటీసిలో ఐటిడి ఏ ఆధ్వర్యంలో 21వ సెంచరీ ఎడ్యుకేషన్ సొసైటీ అందిస్తున్న సివిల్స్ శిక్షణా కార్యక్రమాన్ని ఆయన సోమవారం సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ బాగా సాధన చేసి ప్రభుత్వ కొలువులు సాధించాలని చెప్పారు. గ్రూపు -2లో విజయం సాధిస్తే గ్రూప్-1 పై నమ్మకం పెరుగుతుందన్నారు. మీరందరూ ఏపీపి ఎస్సీ నిర్వహిస్తున్న పోటీ పరీక్షలలో విజయం సాధిస్తే గిరిజన ప్రాంతం అభివృద్ధి చెందుతుందన్నారు. 11 మండలాల గిరిజన అభ్యర్థులకు నమ్మకం పెరిగే విధంగా పోటీ పరీక్షలలో విజయం సాధించాలని సూచించారు. పాడేరు డివిజన్ ఐటిడిఏ పరిధిలో ఉన్న 117 గిరిజన సంక్షేమ ఆశ్రమ పాఠశాలల విద్యార్థులకు ఆదర్శంగా మీ ఫోటోలను చూపిస్తామన్నారు. ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రధాన ఎన్నికల అధికారి ముఖేష్ కుమార్ మీనాను ఆదర్శంగా తీసుకుని సివిల్స్ లో విజయ సాధించాలని సూచించారు. ఆయన సివిల్స్ సాధించడం వలన రాజస్థాన్ లో మూడు జిల్లాలు ఎంతో అభివృద్ధి సాధించారని స్పష్టం చేసారు. అనంతరం పోటీ పరీక్షలకు శిక్షణ పొందుతున్న అభ్యర్థులకు జాగ్రఫీ పాఠ్యాంశాలను బోధించారు. ఎకనామిక్ సర్వే ఆఫ్ ఏపిపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించారు. ఇంతవరకు సిలబస్ పూర్తి చేసిన పాఠ్యాంశాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఏ ఏ సబ్జెక్టులపై ప్రత్యేక తరగతులు నిర్వహించాలని అభ్యర్థులను అడిగి తెలుసు కున్నారు. గ్రూప్- 2 మెయిన్స్ పై వారంతపు పరీక్షలు నిర్వహి ంచాలని ఫ్యాకల్టీలకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సహాయ గిరిజన సంక్షేమాధికారి ఎల్. రజని తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్రీడాకారులకు అండగా వైసిపి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): క్రీడాకారులు అందరికి భవిషత్ లో అన్ని రకాల సహకారం అందిస్తామని రాష్ట్ర మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ అన్నారు.

ఆంధ్ర బాక్సింగ్ అసోసియేషన్ జనరల్ సెక్రటరీ, ఆంధ్రప్రదేశ్ బ్రాహ్మణ సేవా సంఘ సమాఖ్య ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ M.S.S. శ్రీనివాస్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో వివిధ బాక్సింగ్, కరాటే, కిక్ బాక్సింగ్, ఫుట్ బాల్ అసోషసన్ సభ్యులు, క్రీడాకారులు, ప్రైవేటు ఎంప్లాయీస్ భారీ ఎత్తున 3000 మంది పార్టీలో జాయిన్ అయ్యారు. మంత్రి బొత్స సత్యనారాయణ, పార్లమెంట్ పరిశీలకులు మళ్ల విజయప్రసాద్, కాయల వెంకటరెడ్డి, జీసీసీ చెయిర్ పర్సన్ స్వాతిరాణి, యువనాయకులు డా. బొత్స సందీప్, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి జి. రవిరెడ్డి ఇతర వైసీపీ పెద్దల సమక్షంలో బీచ్ రోడ్డులోని వైసీపీ పార్లమెంట్ పార్టీ కార్యాలయం(కామత్ హెూటల్ ప్రక్కన)లో జాయిన్ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా బొత్స మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో యువతకు అన్ని రంగాల్లో వైసీపీ ప్రధాన్యత ఇస్తుందన్నారు. యువతకు వైసీపీ ప్రభుత్వం అండగా ఉంటుందన్నారు. యువతకు క్రమశిక్షణ, పోటీ తత్వం చాలా అవసరమని,

యువత ఓటు వేసే ముందు ఆలోచించి, మీకు మంచి చేసిన వారికి ఓటు వేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి క్రీడలకు ఎంతో ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారన్నారు. ఇటీవల జరిగిన "ఆడుదాం ఆంధ్ర" కి మంచి స్పందన వచ్చిందని గుర్తు చేశారు. స్పోర్ట్స్ విద్యార్థులకి 24 గంటలు అందుబాటులో ఉంటానని భరోసా ఇచ్చారు.

పక్షుల సంరక్షణ కోసం గ్రీన్ క్లబ్ చేస్తున్న సేవలు అభినందనీయం

అనకాపల్లి, (విశాఖ సమాచారమ్): అనకాపల్లి గ్రీన్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం పట్టణంలోని పార్కులలో పక్షులకు తిండి గింజలు, తాగునీటి కోసం మట్టి పాత్రలు, పక్షుల గూళ్ళు ఏర్పాటు చేశారు. కార్యక్రమానికి ప్రముఖ వైద్యులు కొడుకుల నాగేశ్వరరావు ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడుతూ పర్యావరణ పరిరక్షణతో పాటు పక్షుల సంరక్షణ కోసం గ్రీన్ క్లబ్ చేస్తున్న సేవలు అభినందనీయమన్నారు. చిన్న జీవులను ప్రతి ఒక్కరు జీవించేలా చేయాలన్నారు. జీవవైవిధ్య సంరక్షణ అందరి బాధ్యత అని ఆయన అన్నారు. జాతీయ ఉద్యమ ఉపాధ్యాయ అవార్డు గ్రహీత, వృక్షమిత్ర జీవ వైవిధ్య సంరక్షణ అవార్డు గ్రహీత కొణతాల ఫణిభూషణ్ శ్రీధర్ మాట్లాడుతూ ప్రతి ఒక్కరు తమ ఇంటి వద్ద పక్షుల కోసం మట్టి పాత్రలు ఏర్పాటు చేయాలని అలాగే వాటిలో మంచినీళ్లు తిండి గింజలను కూడా ఏర్పాటు చేయడం మంచిది అన్నారు. ముఖ్యంగా వేసవిలో పక్షులకు మంచినీరు చాలా అవసరం అన్నారు.ఇటీవల దేవాలయాల్లో భక్తుల పక్షుల

గూళ్ళు మట్టి పాత్రలు ఏర్పాటు ద్వారా వచ్చిన ఫలితాలు అపూర్వమన్నారు. పక్షుల సంరక్షణ పట్ల ప్రజలు శ్రద్ధ వహించాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా భారతరత్న డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ జయంతి సందర్భంగా ఆయనకు సభ్యులు నివాళులర్పించారు. కార్యక్రమంలో సోదర సంక్షేమ సమితి వ్యవస్థాపకులు కొణతాల పూర్ణచంద్రరావు, కాండ్రేగుల సత్యనారాయణ మాస్టారు,పీ ఏ ఆర్ వి మహేష్, పెంటకోట ఉమామహేశ్వరరావు, డాక్టర్ రాజేష్, గంట కృష్ణ , మాణిక్యం కుంచం నూకయ్య శెట్టి, ఆశాలత భాగ్యలక్ష్మి అనిత , భీ శెట్టి రామకృష్ణ, రాపేటి నారాయణరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు కు నోటు వద్దు

దివ్యాంగులు ఇంటి వద్దనే ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలి

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): దివ్యాంగులు అందరూ కూడా ఓటు హక్కును వినియోగించుకుని ప్రజా స్వామ్యం లో ముఖ్య ఘట్టమైనటు వంటి ఎన్నికల ప్రక్రియ లో భాగస్వాములు కావాలి అని ,ప్రతి దివ్యాంగులు ఓటు హక్కును వినియోగించుకుని రాష్ట్రం యొక్క అభివృద్ధి దిశగా ముందుకి తీసుకువెళ్దాం. రాజకీయ పార్టీల భవిష్యత్తును మన భవిష్యత్తును మార్చే ఓటు హక్కును అందరూ వినియోగించు కుని అభివృద్ధి దిశగా ముందుకు ప్రయాణిద్దాం అని ఆరిలోవ లోని హాస్పటల్ ఏరియా లోని క్రీడా ప్రాంగణంలో జరిగిన 133వ అంబేద్కర్ జయంతి సందర్భంగా దివ్యాంగుల హక్కుల ఫారం అధ్యక్షుడు కోరారు. 80% ఉన్న దివ్యాంగులు అందరూ ఇంటి వద్దనే ఓటు హక్కు వేసుకునే సదుపాయం కూడా 12 డి ఫారం ఫిల్ చేయటం ద్వారా ఎన్నికల కమిషన్ ఎన్నికల సందర్భంగా ఈ సదుపాయాన్ని ఏర్పాటు చేశారు దీనిని అందరూ కూడా సద్వినియోగం చేసుకుని ప్రజాస్వామ్యంలో ముఖ్య ఘట్టం అయినటువంటి ఎలక్షన్ నందు ఓటు హక్కుని ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని ఈ సందర్భం గా దివ్యాంగులను కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో దివ్యాంగులకు నిత్యవసర వస్తువులను శివ సంస్కృతి ఆర్ట్స్ అండ్ కల్చర్ సొసైటీ సభ్యుల సహకారంతో పంపిణీ చేయటం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నవారు డాక్టర్ ఎం సురేష్ మీనన్ అధ్యక్షులు డిజేబుల్ రేట్స్ ఫారం, శశిలత కృష్ణ, శివకుమార్, రామ్ కుమార్ రాజు, సీతమ్మ ,తిరుపతి ,గణేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్ని డ్రామాలు ఆడిన కూటమిదే అధికారం - గంటా

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): ముఖ్యమంత్రి ఎన్ని డ్రామాలు ఆడినా రాష్ట్రం లో తెలుగుదేశం, జనసేన,బీజేపీ కూటమి అధికారం చేపడుతుందని భీమిలి నియోజకవర్గ కూటమి అభ్యర్థి గంటా శ్రీనివాసరావు అన్నారు. భీమిలి జోన్ తగరపువలస సంతపేట, బాలాజీనగర్, బంగ్లామెట్ట తదితరుల ప్రాంతాలలో ఆదివారం ఆయన ఎన్నికల ప్రచారం చేపట్టారు. ఈ సందర్భం గా ఆయన మాట్లాడుతూ గతం లో కోడి కత్తి కేసు డ్రామా మాదిరిగా నేడుముఖ్యమంత్రి

రాయి డ్రామా ఆడుతున్నారని ఆరోపించారు.5ఏళ్ల కాలం లో రాష్ట్రం అరాచక పాలన చూసిందనిఆయన ఆరోపించారు. తెలుగుదేశం హయాం లో లో ప్రారంభించిన అభివృద్ధి పనులకు వైసీపీ నాయకులు కొత్త గా శిలాఫలకాలు చేయడం తప్ప అభివృద్ధి చేసింది శూన్యం అని ఆయన అన్నారు.ఇక వైసీపీప్రభుత్వానికి కాలం చెల్లిందని, రానున్నది కూటమి ప్రభుత్వమే అని ఆయన అన్నారు.కార్యక్రమం లో పార్టీ నియోజకవర్గ ఇంచార్జి కోరాడ రాజబాబు, విశాఖ పార్లమెంట్ శాఖ కార్యదర్శి పిట్ట సురేష్,తమ్మిన సూరిబాబు జనసేన మండల శాఖ అధ్యక్షులు నక్కా శ్రీధర్ బీజేపీ ఇంఛార్జి కె రామానాయుడుతదితరులు పాల్గొన్నారు.

Sugar Free
Fitearly
నడివయస్కులకు దివ్య శక్తి
ఫిట్ ఎర్లీ
थकावट से सत्वर उपसमन
फिट एर्ली
వివిధ వృత్తి, ఉద్యోగాలలో అలసటకు లోనై నీరసించి పోతున్నారా?
మందులు మింగలేక, చక్కెరతో కూడిన
ఎనర్జీ బూస్టర్లు సేవించలేకపోతున్నారా?
దిగులు చెందకండి.
"ఫిట్ ఎర్లీ" మిమ్మల్ని నిరంతరం
శక్తివంతం గాను, ఉత్సాహవంతంగాను ఉంచుతుంది.
సోయప్రోటీన్, వే ప్రోటీన్, బ్రాహ్మి, హరితకి, సీ భక్తారన్, శొంఠి, తులసి, అశ్వగంధ
తదితర హిమాలయముల నుండి సేకరించిన విశిష్ట వన మూలిక సమ్మిళితమైన "ఫిట్ ఎర్లీ" విశిష్టానుభవం గల పరిశోధకులచే రూపొందించబడింది. అంతేకాక ప్రఖ్యాత వైద్యరంగ పరిశోధన శాలలో అన్ని విధములుగా పరీక్షించబడి సంతృప్తి కం మైన ఫలితాలను ప్రకటించు కోబడిన ఉపాహారం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో డీలర్‌షిప్ వివరాలకు సంప్రదించండి
ఎస్.వీరభద్రరావు : సెల్: 8247526179
ఈ-మెయిల్: surampudi43@gmail.com
HERBINDO LABS PRIVATE LIMITED
HEALTH AND HAPPINESS
Compli
HERBINDO LABS PVT LTD.
2-2-642/1/1/1A, Sadguru Krupa,
Street No 16,
Amberpet, Hyderabad - 500013,
Telangana, India
E-Mail: herbindolabs@gmail.com
Mob: +91 9704885252
GSTN: 36AAECH6684G1ZA
CIN: U24100TG2018PTC127052

ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటేసి గెలిపించుకుందాం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): విశాఖ తూర్పు వైసీపీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి, ఎంపీ ఎంవీవీ సత్యనారాయణ మనకు అందుబాట్లో ఉండే మన మనిషేనని, వచ్చే ఎన్నికల్లో ఫ్యాన్ గుర్తుపై ఓటేసి ఆయన్ను ఎమ్మెల్యేగా గెలిపించుకుందామని మేయర్ గొలగాని హరి వెంకట కుమారి కోరారు. సోమవారం ఆమె జీవీఎంసీ 20 వార్డు, చినవాల్తేరులోని బూత్‌నంబర్ 171పరిధిలోని రజక వీధిలో ఇంటింటికీ తిరిగి ఓట్ల ప్రచారం చేపట్టారు. ఆ వార్డు కార్పొరేటర్ మువ్వల లక్ష్మి సురేష్‌తో కలిసి స్థానిక సమస్యలు తెలుసుకున్నారు. అనంతరం మేయర్ మాట్లాడుతూ మీ ఇంటి వద్దకే పాలన అంటూ సీఎం జగనన్న జనం కోసం ఆరాటపడుతున్నారని కొనియాడారు. మీ అందరికీ మంచి జరగాలంటే మళ్లీ ఫ్యాన్ గుర్తుకే ఓటేసి ఎమ్మెల్యేగా ఎంవీవీ సత్యనారాయణను, ఎంపీగా బొత్స ఝాన్సీని గెలిపించాలని అక్కడి వారిని అభ్యర్థించారు. మేయర్ వెంట బీఎల్‌వోలు పాలకొల్లు శంకర్, గుర్రాల దిల్ రాజ్, గ్రామ పెద్దలు, స్థానిక వైసీపీ నేతలు, మహిళా కార్యకర్తలు, కన్వీనర్లు, గృహసారథులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు తోనే చంద్రబాబు కూటమికి బుద్ధి చెప్పాలి : అవంతి

భీమునిపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): రాష్ట్రం లో పింఛన్ దారులకు పింఛన్లు ఈయకుండా వాలంటీర్ల పై ఎన్నికల సంఘానికి ఫిర్యాదు చేసిన తెలుగుదేశం అధినేత చంద్రబాబు నాయుడుకి ప్రజలు ఓటు తోనే బుద్ధి చెప్పాలని స్థానిక ఎం ఎల్ ఏ, వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ భీమిలి నియోజకవర్గ అభ్యర్థి అవంతి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. ఎన్నికల ప్రచారం లో భాగం గా 27 వరోజు భీమిలి జోన్ 2 వ డివిజన్ లో సోమవారం అయన ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భం గా ఆయన గడప గడప కు వెళ్లి జగన్ సంక్షేమ పథకాలను వివరించారు. అనంతరం అయన మాట్లాడుతూ గత 5సంవత్సరాలుగా రాష్ట్రంలో ముఖ్యమంత్రి జగన్ ప్రజలు అనేక సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేసారని రానున్న ఎన్నికల్లో ఫాన్ గుర్తు పై ఓటు వేసి గెలిపించాలని ఆయన కోరారు.కార్యక్రమం లో పార్టీ కి చెందిన అక్కరమాని రామునాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా శ్రీరామనవమి ఉత్సవాలు ప్రారంభం

విశాఖపట్నం, (విశాఖ సమాచారమ్): నగరంలో పెదగదిలి నందు సింహగిరి కోలనీ శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామివారి కళ్యాణ మహోత్సవ ఆహ్వాన శుభపత్రిక సోమవారం నిర్వహించారు. అలాగే మంగళ, బుధవారాల్లో కూడా నిర్వహించనున్నారు. శ్రీ సీతారామ చంద్ర స్వామివారి త్రిరాత్రి కళ్యాణ మహోత్సవాలు నిర్వహించడం జరుగు తుంంది. ఈ మూడు రోజులు కళ్యాణంలో పాల్గొనే దంపతులు 300 చెల్లించి టిక్కెట్ పొందవలెను. స్వామివారి కళ్యాణానికి సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెంబరు 7036427442 నందు సంప్రదించగలరు.

శ్రీరస్తు శుభమస్తు అవిఘ్నమస్తు

శ్రీశ్రీశ్రీ అభయ ఆంజనేయ స్వామి వారి దేవాలయం

సింహగిరి కొలనీ, పెద్దగదిలి, విశాఖపట్నం

శ్లో॥ శ్రీరామ రామ రామేతి, రమే రామే మనోరమే సహస్రనామ తత్తుల్యం రామనామ వరాననే

శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి వారి కళ్యాణ మహోత్సవ ఆహ్వాన శుభపత్రిక

స్వస్తిశ్రీ చాంద్రమాన శ్రీ క్రోధి నామ సంవత్సర చైత్ర శుద్ధ అష్టమి అనగా తేట 15-04-2024 సోమవారం నుండి 17-04-2024 చైత్ర శుద్ధ సప్తమి బుధవారం వరకు శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి వారి త్రిరాత్రి కళ్యాణ మహోత్సవములు నిర్వహించడం జరుగుతుంది.

కార్యక్రమాలు:

16-04-2024

మంగళవారం నాడు "శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి వారికి ఆభయాంజనేయ స్వామి" వారికి భక్తుల చేత పంచామృత అభిషేకం నిర్వహించడం జరుగుతుంది. అనంతరం నూతన వస్త్ర వస్తు అలంకరణ భక్తుల గోత్రనామములతో స్వామివారికి పూజాది కార్యక్రమం మండపారాధన కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరుగుతుంది. సాయంత్రం గం॥ 6:00 ల నుండి శ్రీ రామ మంత్ర హవనం మండపారాధన హొమాలు నిర్వహించడం జరుగుతుంది. అనంతరం తీర్థప్రసాద వినియోగం నీరాజనం మంత్రపుష్పములు వేద స్వస్తి.

17-04-2024

: బుధవారం నాడు ఉదయం 9:00 గంటల నుండి భక్తుల చేత శ్రీ సీతారామ చంద్రుల వారికి అంగరంగ వైభవంగా కళ్యాణం నిర్వహించడం జరుగుతుంది. అనంతరం "అన్న సమారాధన కార్యక్రమం" నిర్వహించడం జరుగుతుంది.

సాయంత్రం గం॥ 6:00 ల నుండి శ్రీ సీతారామచంద్రుల వారికి ఊరుగింపు భజన కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరుగుతుంది. అనంతరం నీరాజనం మంత్రపుష్పములు వేద స్వస్తితో శ్రీ సీతారామచంద్రుల వారి యొక్క కళ్యాణ మహోత్సవ కార్యక్రమం ముగించడం జరుగుతుంది.

గమనిక: కళ్యాణంలో పాల్గొనే దంపతులు రూ.300/- చెల్లించి టికెట్ పొందవలెను. కళ్యాణంలో పాల్గొనే దంపతులు సాంప్రదాయ వస్త్రములతో రావలెను కళ్యాణానికి ఒక చెంబు, ఇత్తడి పల్లెము, పువ్వులు తెచ్చుకోవలెను.

అన్న సమారాధనకు ధన, వస్తు రూపేనా సహాయ సహకారాలు అందిస్తారని భక్త మహాశయులని మరీ మరీ కోరడం జరుగుతుంది.

పై కార్యక్రమంలో ఆలయ అర్చకులు మనోహర్ శర్మగారి ఆధ్వర్యంలో వేద పండితుల చేత నిర్వహించడం జరుగుతుంది. ఫోన్: 7036427442

శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి వారి కళ్యాణానికి సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెంబర్లు:
7287984658, 8341555770
9949420397,7036427442

ఇట్లు
ఆలయ కమిటీ & విఘ్నేశ్వర యూత్ కమిటీ
సింహగిరి కొలనీ, పెద్దగదిలి, విశాఖపట్నం

1st Death Anniversary

IN LOVING MEMORY OF

SRI. HANUMAD DASS SWAMIJI

25.05.1934

12.05.2023

You were the pillar & strength of our family.
No words to describe, how much we miss you &
how much empty our life is without you.

Date: Wednesday 1st MAY 2024.

Time: 9.30 am - 11.30 am

Venue: Plot no. 3, 7th Street, West Gopalapuram
Pattabiram, Chennai - 600 072

Mothiram Singh & family
Sairam Singh & family
Suresh Singh & family
Sathish Singh & family
Sunil Singh & family

MOBILE NO: 9791716953
9840470154
7338790315

మెగా బ్రాహ్మణ వివాహ వేదిక

తెలుగు బ్రాహ్మణ వధూవరుల
వివాహ పరిచయ కార్యక్రమం

విశాఖ సమాచారమ్ దినపత్రిక కార్యాలయం

9-3-16, పిఠాపురం కోలనీ, (కృష్ణా కాలేజ్ జంక్షన్, మెయిన్‌రోడ్డు) విశాఖపట్నం-530003

తేది : 21-04-2024, (ఆదివారం)

సమయం : మధ్యాహ్నం గం. 3.00 ల నుండి సాయంత్రం గం. 5.00 వరకు.

శ్రీకాకుళం నుండి విజయవాడ వరకు,
హైదరాబాద్, ఢిల్లీ, ముంబై, చెన్నై,
బెంగుళూరు, పూణే వంటి ప్రముఖ
నగరాలలో పనిచేస్తున్న సుమారు
500 మంది వధూవరుల వివరములతో...

రిజిస్ట్రేషన్ మరియు వివరముల కొరకు

జనహిత మ్యాట్రిమోనీ

:9393949345, 8074541283

Compli

VISAKHA SAMACHARAM Telugu Daily. Edited, Printed, Published & Owned by : T.Sirisha , Printed at Suryodaya Publications, VisakhaSamacharam Press Door No. 9-3-16, Pitapuram Colony, Visakhapatnam-3. Editorial Office : 9393949345, 9346363839
Hyderabad : Cell : 9030841841, Kakinada : Cell: 9949413661, Parawada : Cell: 77804 33919, Srikakulam : Cell: 70321 98574, Araku : Cell: 94401 84106,
VSP : 7981904385, 8885687610, Maddilapalem : 9966708776, Yelamanchili : 9441356676